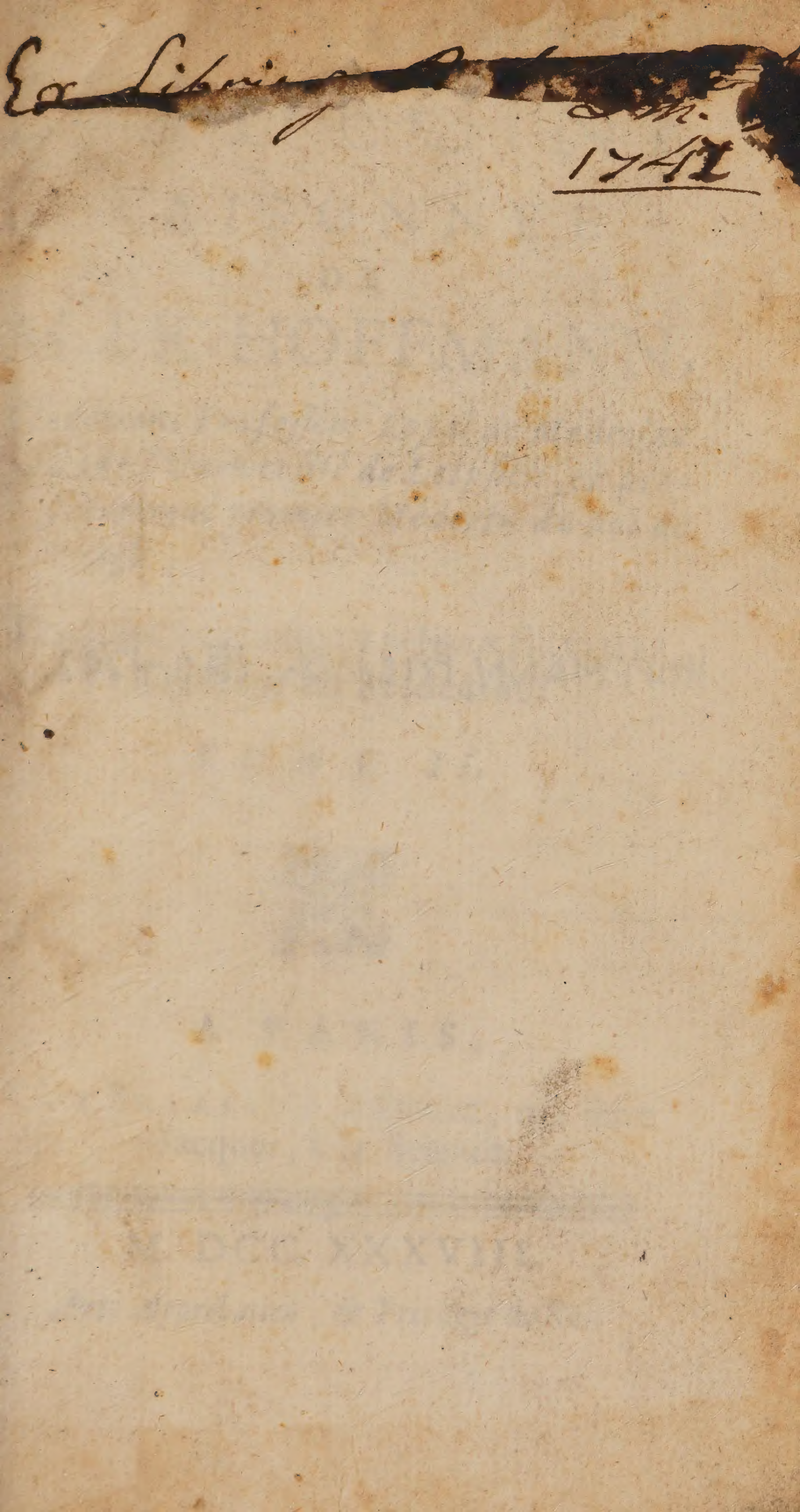



Ex Libris

HOFFMANN, Friedrich 1660-1742

LA *Playoult D: M:*

MEDECINE RAISONNE'E

DE

M. FR. HOFFMANN,

Ci-devant Professeur Royal de Médecine dans l'Université de Leipsick, & presentement premier Médecin du Roi de Prusse,

Traduite par JACQUES-JEAN BRUHIER, Docteur en Médecine.

TOME II.



A PARIS,

Chez BRIASSON, Libraire, ruë saint Jacques, à la Science.

M. DCC. XXXVIII.

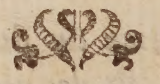
Avec Approbation, & Privilege du Roi.

TABLE
DES CHAPITRES
Contenus dans ce ſecond Volume.

LA PHILOSOPHIE
Du corps humain.
LIVRE I.
SECTION III.

Des fonctions animales, de la ſecretion, & de l'uſage du fluide délié qui ſe ſépare dans le cerveau, de la puiſſance de l'ame ſur le corps, & de l'exercice des ſens.

CHAPITRE I.



LA PHILOSOPHIE du corps humain, consideré comme vivant, & sain.

LIVRE II.

Ou, l'art de conserver la vie, & la santé, & d'écarter la mort, & les maladies, par un régime salutaire.

PROLEGOMENES.

CHAPITRE IX.

CHAPITRE X.

CHAPITRE XI.

CHAPITRE XII.

CHAPITRE XIII.

CHAPITRE XIV.

Fin de la Table des Chapitres.



LA PHILOSOPHIE DU CORPS HUMAIN.

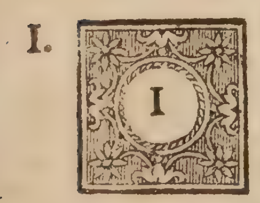
LIVRE I.

SECTION III.

Des fonctions animales, de la secretion, & de l'usage du fluide delié qui se separe dans le cerveau, de la puissance de l'ame sur le corps, & de l'exercice des sens.

CHAPITRE I.

De la secretion du fluide très-délié du cerveau, & des nerfs.

I. L se separe dans le cerveau un fluide, qui, au moien de la tension, & du mouvement de contraction de la dure-mere, qui comprime doucement, & également

les canaux de la ſubſtance corticale, & de la medullaire, pénétre dans la moëlle allongée, & de-là ſe diſtribüe aux parties par l'entremiſe des nerfs, pour leur donner le mouvement, & le ſentiment, & pour y ſervir à la nutrition.

SCHOLIE.

Il n'eſt point poſſible d'aſſigner au cerveau d'autre uſage que de ſervir à quelque ſecretion. Sa ſtructure, & l'appareil de ſes vaiſſeaux, confirment abondamment cette verité. Ajoutez que ſi les liqueurs dont la ſubſtance du cerveau eſt pénétrée, n'avoient point de mouvement progreſſif, il courroit riſque de tomber en putrefaction. En effet, à peine toutes les parties du corps s'en peuvent-elles garantir, ſi ce n'eſt au moïen du mouvement progreſſif de leurs liqueurs. La nature du fluide qui ſe ſepare dans le cerveau, & ſes proprietés, ne ſont point auſſi conſtantes que ſon exiſtence; & les Auteurs ſont fort partagés ſur ce ſujet. Les Anciens qui ne connoiſſoient point la nature des fluides, encore moins celle des fluides très-ſubtils, ni leur force, & leur énergie pour agir, & mouvoir, ont ap-

pellé cette liqueur, esprit, en y ajoutant le mot animal; parce que c'est l'instrument dont l'ame se sert pour l'exercice de ses operations. Beaucoup des modernes veulent que ce fluide soit de nature aërienne, & étherée, lumineuse, & ignée, comme le feu élementaire. Mais pour peu qu'on connoisse les proprietés de l'air, de l'éther, de la lumiere, & du feu, on jugera facilement qu'un fluide de cette nature ne peut se séparer du sang par des canaux, quelque petits qu'on les suppose, & encore moins qu'il ne peut y être contenu.

II. On ne peut se dispenser de distinguer deux substances dans le fluide du cerveau, & des nerfs; l'une extrêmement déliée, capable de recevoir un mouvement très-vîte, & de differente nature, & de le communiquer, l'autre plus épaisse, & plus humide, qui sert de vehicule à la premiere.

SCHOLIE.

Les liqueurs très-actives, ausquelles les Chimistes ont donné le nom d'esprits, sont composées de vapeurs extrêmément déliées, tenuës, lesquelles s'évaporent très-promptement, qui sont embarrassées dans le phlegme qui leur

ſert d'enveloppe. De-là vient que dans la diſtillation des eſprits acides mineraux, on met dans les recipiens un peu d'eau qui aide beaucoup la condenſation des vapeurs que la force du feu en fait ſortir, & les empêche de faire un ſi grand effort contre les vaiſſeaux. De la même maniere le fluide très-délié, & ſpiritueux du cerveau, eſt embarraſſé dans une liqueur lymphatique.

III. L'organe de la ſecretion de cette liqueur ſubtile eſt la ſubſtance cendrée ou corticale du cerveau, laquelle eſt entierement vaſculeuſe.

SCHOLIE.

Hippocrate regardoit le cerveau comme une glande; & ce ſentiment a été renouvellé par des modernes, entre autres par Malpighi, qui prétend que la ſubſtance corticale du cerveau eſt un compoſé de glandes, deſtinées à la philtration d'une liqueur ſubtile. Mais les injections de Ruyſch ont mis ſous les yeux la fauſſeté de ce ſentiment, & fait toucher au doigt que la ſubſtance corticale n'eſt autre choſe qu'un compoſé de très-petits vaiſſeaux. En effet, la couleur noire des liqueurs injectées la pénétre profondement. C'eſt ce que nous

avons vû depuis peu dans une diſſection, où l'injection d'une liqueur rouge faite dans les carotides, a pénétré en plusieurs endroits dans la ſubſtance corticale.

IV. L'étonnante petiteſſe des vaiſſeaux de la ſubſtance corticale du cerveau, montre clairement qu'il ne s'y ſépare qu'une liqueur très-ſubtile, & que les parties les plus épaiſſes ſont rejettées.

SCHOLIE.

Les canaux dont le diamétre eſt large, laiſſent paſſer non-ſeulement les liqueurs les plus tenues, mais auſſi les plus épaiſſes; mais les vaiſſeaux fort étroits rejettent tout ce qui n'eſt pas proportionné à leur diamétre. Il ne faut donc point s'étonner que le chyle encore chargé de beaucoup de parties excrementeuſes, & d'impuretés, porté dans cet état à la tête avec le ſang auquel il vient de ſe mêler, n'y dépoſe que la partie la plus ſpiritueuſe, & la plus tenue qu'il a extraite des alimens, & non les parties aqueuſes, impures, & épaiſſes, qui entrent dans ſa compoſition.

V. La matiere du fluide qui ſe ſépare

dans le cerveau, est la partie spiritueuse, & la plus subtile du chyle, du sang, & de la lymphe.

Scholie.

C'est une verité constante, & que personne ne peut révoquer en doute, qu'immediatement après avoir mangé, & sur-tout usé d'alimens fortifians, comme le pain, le vin, les aromatiques, le corps reprend sa vigueur, & les parties leurs forces; & qu'au contraire l'abstinence abbat également celles du corps, & de l'esprit. On remarque encore que les odeurs desagréables, & sur-tout les narcotiques, jettent l'esprit, & le corps dans la langueur, & la stupeur. Il faut donc qu'il se sépare dans le cerveau quelque partie de la substance le plus déliée des alimens, & des medicamens qui donne, augmente, ou diminue, le sentiment, le mouvement, & la force des parties.

VI. Les arteres portent du ventricule gauche du cœur au cerveau, presque le tiers du sang, mêlé avec le chyle, & la lymphe; le tout bien divisé, & broïé à raison de son passage par le reseau très-délié des vaisseaux pulmonaires.

SCHOLIE.

C'eſt une choſe très-digne de remarque, que le ſang, animé, pour ainſi dire, par le mêlange du chyle, & de la lymphe, & qui vient d'être diviſé dans la ſubſtance vaſculeuſe des poumons, monte du ventricule gauche au cerveau en grande quantité, par le chemin le plus court, avant de toucher aucune autre partie, & ce par deux arteres, les carotides, & les vertebrales, qui ſe joignent merveilleuſement par beaucoup d'anaſtomoſes. Il ne paroît pas que cette diſpoſition ait d'autre objet, que la ſeparation qui s'y doit faire pour quelque uſage particulier de la partie la plus ſubtile, & la plus ſpiritueuſe du chyle fermenté avec le ſang.

VII. La lenteur du mouvement progreſſif du ſang dans les vaiſſeaux du cerveau, aide beaucoup la ſéparation d'une lymphe ſpiritueuſe très-fluide.

SCHOLIE.

Le voiſinage du cœur eſt cauſe que le ſang coule dans les carotides, & ſe porte à la tête avec beaucoup de rapidité; mais il y a pluſieurs obſtacles qui diminuent, rallentiſſent, & retardent

ſon impetuoſité. Le premier de ces obſtacles eſt la courbure de l'aorte, qui ſe trouve immediatement à la ſortie du cœur, & dont l'obliquité contribue beaucoup à rompre la force du ſang. Le ſecond eſt la courbure des carotides, qu'on remarque lorſqu'elles entrent dans le crâne par le quatriéme trou, qui eſt ſous l'os pierreux, dans le canal creuſé dans l'os ſphenoïde, & qu'elles rampent ſous la dure-mere. Troiſiémement, les divers replis, les ſous-diviſions de ces arteres en vaiſſeaux extrêmement petits, & les tortuoſités de ces ramifications, font encore le même effet; parce que, l'angle d'incidence changeant à chaque courbure, & inflexion, il naît autant de nouvelles reſiſtances. En quatriéme lieu, les anaſtomoſes des carotides, & des vertebrales, tant entr'elles deux, qu'entre elles-mêmes, retardent beaucoup le mouvement du ſang, parce qu'il vient heurter contre lui-même par des côtés oppoſés, & qu'un effort rallentit neceſſairement l'autre. Un cinquiéme, & dernier obſtacle, à la rapidité du mouvement du ſang, & qui eſt ſans contredit le plus grand, c'eſt que les arteres carotides, & vertebrales, dépoſent, en entrant

dans le crâne, leur membrane tendineuſe, qui eſt principalement douée de la vertu de reſſort ; ce qui les fait preſque devenir ſemblables à des veines. Or la lenteur de ce mouvement progreſſif facilite merveilleuſement la ſecretion de la lymphe ſubtile, & ſpiritueuſe ; & cela conformement aux loix obſervées dans le microcoſme. Car l'on remarque conſtamment qu'il ſe ſepare beaucoup de liqueurs, ſur-tout par les vaiſſeaux lymphatiques, dans toutes les parties où le ſang circule lentement, comme le meſentere, le foie, & même les pieds.

VIII. Pluſieurs raiſons établiſſent qu'il ſe ſepare une liqueur dans la ſubſtance corticale du cerveau, & que cette liqueur ſe diſtribue dans la ſubſtance medullaire.

SCHOLIE.

Lorſque nous conſiderons la ſubſtance corticale du cerveau, composée d'un tiſſu d'arteres capillaires qui nous échappe par ſa fineſſe ; l'abord, & l'abondance du ſang arteriel qui ſort du poumon, & qui eſt animé par le mêlange de la partie la plus ſubtile de la lymphe, & du chyle ; ſi nous faiſons attention à

l'augmentation, l'accroiſſement, la nutrition, aux prolongemens uniformes, continuels, reglés, & proportionnés des filets dont le cerveau eſt compoſé, à compter du premier inſtant de la vie, juſqu'à ſon dernier moment; enfin ſi nous faiſons réfléxion que la lymphe contenue dans le cerveau s'évapore très-promptement, & ne forme point de concretion au feu; verrons-nous clairement que les filets qui compoſent le cerveau, & le cervelet, doivent être extrêmement déliés, & creux, comme Leuwenhoek aſſûre dans ſa *Lettre* 36. qu'il les a vûs, & qu'ils reçoivent la liqueur du corps la plus ſubtile, qui paſſe de la ſubſtance corticale, où elle ſe ſepare, dans les fibres déliées de la ſubſtance medullaire, & ſe ramaſſant dans la moëlle allongée, & la moëlle de l'épine, ſe diſtribuë à toutes les parties du corps.

IX. On peut juger à l'abondance des nerfs, & à la grandeur de la maſſe du cerveau, du cervelet, & de la moëlle de l'épine, & même à la quantité du ſang qui ſe porte à ces parties, qu'il ſe ſepare dans le cerveau une grande quantité de liqueur.

SCHOLIE.

Le cerveau d'un homme eſt plus conſiderable que celui du beuf le plus fort. Il n'eſt pas rare de le trouver du poids de quatre livres. La moëlle qui eſt contenue dans les vertebres du dos, n'eſt que la continuité des ſubſtances corticale, & medullaire du cervelet, tellement diſpoſées cependant, que la corticale eſt en dedans, & la medullaire en dehors. Et comme il en ſort une nombreuſe quantité de paires de nerfs, il n'y a point de doute, qu'il ne s'y ſepare auſſi une grande quantité de liqueurs.

X. Le fluide ſeparé dans la ſubſtance corticale du cerveau, ſe ramaſſe dans la moëlle allongée, qui eſt la racine des nerfs, d'où il ſe diſtribue aux organes des ſenſations, & aux autres parties pour produire le mouvement, & le ſentiment.

SCHOLIE.

Il ſort dans le cerveau neuf paires de nerfs de la moëlle allongée, qui eſt la baſe, & la partie inferieure, & la plus compacte du cerveau; car les nerfs olfactifs, & optiques, ſortent de la

partie anterieure, & inferieure des jambes de la moëlle allongée; ce qui a donné lieu à l'erreur de croire, que les nerfs optiques prennent leur naissance des parties appellées couches des nerfs optiques. La troisiéme paire, destinée aux mouvemens des yeux, vient de la partie anterieure superieure de la protuberance annulaire: la quatriéme, & la cinquiéme du milieu de la même partie, la sixiéme de la posterieure; & la septiéme paire du trou medullaire, près de la seconde avance du cervelet. On voit sortir la huitiéme des corps piramidaux, & la neuviéme des olivaires. Les trois autres paires, que quelques-uns honnorent du titre de nerfs du cerveau, viennent plûtôt des vertebres du col, & sont destinées à entretenir le mouvement du cerveau.

XI. Une experience démonstrative prouve qu'il passe une liqueur dans les nerfs, d'où elle est portée aux muscles pour y produire le mouvement.

SCHOLIE.

Si l'on separe avec adresse le sternum de la partie anterieure du diaphragme d'un chien vivant, de sorte que les nerfs diaphragmatiques ne soient point

offensés, & qu'on lie l'un de ces nerfs un peu au-dessus de son insertion dans le diaphragme, peu de tems après cette partie cesse de se mouvoir. Alors si l'on comprime la partie, qui est entre le diaphragme, & la ligature, en glissant les doigts en descendant, de façon à obliger le suc qui reste dans le nerf, à couler vers le diaphragme, il reprendra son mouvement, & le conservera quelque tems; c'est-à-dire, qu'on y verra l'alternative de la contraction, & du relâchement. Otez la ligature, & quelque tems après faites-en une nouvelle, le mouvement cessera dans le diaphragme, jusqu'à ce que vous recommenciez à y faire descendre le suc nerveux, en coulant les doigts avec pression de haut en bas, comme on l'a dit plus haut; ce qui sera suivi du même effet. On peut réïterer ces experiences autant de fois qu'on le souhaite.

XII. La moëlle allongée est, après le cœur, la partie principale, & la plus necessaire de toutes celles qui composent le corps.

SCHOLIE.

Car c'est le réservoir du fluide qui se separe dans le cerveau, & d'où il se

répand dans les nerfs, pour donner aux parties le mouvement, & le ſentiment. C'eſt pourquoi la plus legere bleſſure, compreſſion, ou dilaceration de cette partie, eſt mortelle, comme le prouvent les Apoplectiques, & ceux qui ſe ſont fait des bleſſures conſiderables à la tête, ou l'extravaſation du ſang, cauſant une compreſſion de la moëlle allongée, cauſe une mort ſubite. Il n'en eſt pas de même des bleſſures du cerveau; car on peut faire paſſer au travers de la tête, & du cerveau d'un chien, un gros clou, ſans lui cauſer la mort; pourvû qu'on ne touche point aux ſinus du cerveau, ou à la moëlle allongée: ce qui prouve que les bleſſures du cerveau ne ſont pas mortelles par elles-mêmes, à ſuppoſer cependant qu'on puiſſe donner promptement iſſuë aux liqueurs extravaſées, ou arrêtées.

XIII. Les nerfs ſont des pacquets de beaucoup de filets tranſparens, & tendus, joints entr'eux par l'entremiſe de membranes.

XIV. J'aurois de la peine à aſſûrer que ces filets ſont des canaux, qui donnent paſſage à une liqueur. Mais il y a tout lieu de croire qu'un fluide très-ſubtil les accompagne, les pénétre, &

remplit leurs pores depuis le cerveau jusqu'à leurs extrêmités.

SCHOLIE.

Ceux qui nient l'existence, & l'influx du suc nerveux dans les nerfs, & les parties, ou qui les révoquent en doute, s'appuïent sur deux raisons ; 1°. qu'en coupant un nerf, on n'y voit point de cavité, & qu'il n'en sort point d'humidité sensible ; 2°. qu'en faisant la ligature d'un nerf, il ne se fait pas de gonflement entre elle, & le cerveau. Mais on remarquera sans peine la foiblesse de ces raisonnemens, si l'on fait attention, que, quoiqu'il soit certain que les arbres, & les plantes, aïent des vaisseaux qui portent les sucs qui servent à leur nourriture, & leur accroissement, en coupant les racines, les branches, ou les feuilles de l'un de ces vegetaux, il n'en sort communement aucun suc sensible, qu'on n'y remarque aucune cavité, & que ces parties ne se gonflent point par la ligature. Il me paroît que la principale raison pour quoi la ligature ne fait pas gonfler les nerfs, est qu'ils sont composés d'un pacquet de filets très-déliés, dont chacun est percé de pores, revêtu d'une

membrane très-délicate, & formé d'une infinité de ramifications; ce qui fait que la liqueur ſort aiſément par les côtés, quand elle trouve quelque obſtacle à ſon mouvement progreſſif, & ſe répand dans les parties voiſines. Or l'exiſtence des pores eſt démontrée par cette ſeule obſervation, qu'une portion du nerf cr?ral, après quelques jours de maceration dans l'eau de pluïe, devient trois fois plus groſſe.

XV. Le mouvement de dilatation, & de contraction de la dure-mere, aide beaucoup la ſéparation du fluide nerveux dans le cerveau, & le mouvement progreſſif du ſang dans cette partie.

SCHOLIE.

La dure-mere ramene au cœur le ſang que les veines de la pie-mere dégorgent dans ſes ſinus, & au moïen d'un mouvement doux de contraction, qui donne de legeres ſecouſſes au cerveau, elle accelere la ſecretion, & le mouvement progreſſif du ſuc nerveux. Il faut par cette raiſon faire une attention particuliere à la diſpoſition ſinguliere des fibres nerveuſes, muſculeuſes, & tendineuſes dont elle eſt compoſée,

à

à leur ſituation, & à leur arrangement. Car elles ont une direction droite, & oblique, comme celles de la veſſie, excepté vers les deux ſinus lateraux, où elles approchent plus du cercle, ou du ſegment de cercle. La circulation du ſang dans les ſinus de la dure-mere, trouve encore d'autres ſecours. Car ils ont, du moins les trois grands, des fibres nerveuſes, & charnues, comme les colomnes de l'interieur du cœur, qui s'étendent de l'une des paroîts du ſinus à l'autre de diſtance en diſtance, & forment des cellules rondes, & ovales, diſpoſées ſuivant l'arrangement des vaiſſeaux qui ſe déchargent dans les ſinus. Ces fibres ſervent à empêcher la trop grande dilatation que le ſang pourroit cauſer à ces ſinus, & à accelerer ſon mouvement, lorſqu'elles viennent à ſe contracter; les colomnes à fouetter le ſang avec plus de force; & les cellules font l'office de valvules, & empêchent le ſang une fois reçu dans les ſinus, d'être repouſſé dans les vaiſſeaux. Or comme toutes les membranes compoſées de plans de fibres diverſement arrangées, & qui reçoivent du fluide nerveux, & du ſang arteriel, n'ont pas ſeulement un mouvement de

tenſion, & de reſſort, mais auſſi une alternative de contraction, & de dilatation; il n'y a point de doute, que la dure-mere ne ſoit toute autre choſe qu'une ſimple enveloppe du cerveau, c'eſt-à-dire, une machine comprimante, & élaſtique; donc les mouvemens de ſyſtole, & de diaſtole, font paſſer le fluide nerveux du cerveau dans les nerfs, & des nerfs dans toutes les parties du corps. Car toutes les fois que l'abord du ſang arteriel, la pulſation des arteres, & l'élevation du cerveau, éleve cette membrane, les canaux du cerveau, & les pores des nerfs devenus plus ouverts, ſont auſſi plus propres à ſéparer, & recevoir le fluide nerveux, & la cauſe de la dilatation ceſſant, cette membrane ſe reſſerre, &, par la force de ſes fibres élaſtiques, elle pouſſe le fluide de la ſubſtance corticale dans la medullaire, & dans les racines des nerfs.

XVI. La differente diſpoſition de cette membrane élaſtique, c'eſt-à-dire, ſa tenſion, ſon reſſerrement, ſon relâchement, ou ſon atonie, apporte des changemens à ſon mouvement de ſyſtole, & de diaſtole, en conſéquence deſquels le fluide nerveux coule dans les

parties avec plus, ou moins de rapidité; ce qui produit differens effets, & differentes affections dans les ſenſations, & les mouvemens.

SCHOLIE.

On peut donc déduire de la differente diſpoſition contre nature, ou des differences du mouvement de cette membrane, ſuivies neceſſairement de celles de la ſecretion du ſuc nerveux, & de ſon influx dans les parties, & des changemens dans la circulation du ſang dans le cerveau, la cauſe, juſqu'à preſent preſque inconnuë, des maladies les plus conſiderables de la tête. Car ſi la dure-mere eſt dans un relâchement très-conſiderable, on tombe dans des affections ſoporeuſes, cauſées par le rallentiſſement de la circulation du ſang, & l'épanchement qui ſe fait ſur la ſubſtance medullaire d'une quantité de ſeroſités qui tranſſudent à travers les pores des membranes arterielles. Mais lorſque la dure-mere eſt attaquée trop long-tems, ou trop violemment de convulſion, la circulation perd auſſi ſa liberté, & la ſubſtance medullaire comprimée, ne laiſſe entrer dans les canaux du cerveau aucun fluide, & par conſé-

quent les organes des sensations en sont dépourvûs ; ce qui cause une privation totale de sentiment, & par conséquent une apoplexie, beaucoup plus considerable, lorsque la rupture des vaisseaux produit un épanchement de sang, comme il arrive dans l'apoplexie de sang ; ou de serosités, comme on le voit dans l'apoplexie qui porte le même nom. Enfin lorsque cette enveloppe du cerveau est agitée de mouvemens trop violens, & trop vîtes, de contraction, & de dilatation, le mouvement du sang est acceleré, le suc nerveux se sépare en plus grande quantité, & coule avec impetuosité dans les nerfs, & de-là dans toutes les parties ; ce qui cause une épilepsie, qui est le même accident pour le genre nerveux, que la fievre pour le genre vasculeux.

XVII. La substance medullaire renfermée dans les vertebres de l'épine, & qui n'est qu'un prolongement du cervelet, enveloppé comme lui de la dure, & de la pie-mere, qui ont leurs arteres, & leurs veines, donne naissance à des nerfs, de la même maniere que le cerveau, & la moëlle allongée ; il n'y a donc aucun doute que la dure-mere n'y ait les mêmes fonctions, & le

même mouvement de contraction, & de dilatation.

SCHOLIE.

Les Médecins ne connoissent point encore assez les maladies dont le siege est dans la moëlle de l'épine. Pour moi je pense que c'est là que commencent tous les mouvemens febriles, & que c'est leur origine. Car aucune fievre ne se déclare sans une contraction universelle, & convulsive des membranes, & des fibres nerveuses ; contraction originaire, selon moi, de la convulsion des membranes qui enveloppent la moëlle de l'épine, comme je l'ai prouvé au long dans ma *Dissertation sur le veritable caractere, & le siege des mouvemens febriles* (*a*). L'augmentation du mouvement de contraction, & de dilatation de cette membrane, & sa répetition trop fréquente, produit les mouvemens convulsifs des parties, & son trop grand relâchement cause les paralysies.

XVIII. Le fluide nerveux étant composé de parties extrêmement déliées, flexibles, & mobiles, & susceptible d'un mouvement en tous sens,

(a) *Dissertatio de vera motuum febrilium indole, ac sede.*

que lui donnent les globules de l'éther dans lesquels il nage, ne peut manquer de rentrer en partie dans le sang, & la lymphe, & en partie de s'évaporer par une transpiration insensible.

SCHOLIE.

Comme les fluides du corps augmentent, & diminuent continuellement, & sont dans un mouvement, & une circulation continuelle, il n'y a point de doute que le fluide nerveux ne rentre en partie dans la circulation, en se mêlant au sang, & à la lymphe, & en partie ne sorte par les excretoires; ce qui fait que les trop grandes excretions affoiblissent. Il est même aisé de prouver que le suc nerveux se mêle en quantité à la lymphe, & à la salive, par la grande quantité de nerfs, qui se jettent dans les glandes de toute espece.

XIX. Les nerfs de tout le corps sont continus; ce qui fait que les mouvemens des uns se communiquent très-aisément aux autres; ce qui est sur-tout vrai de ceux qui sont les plus voisins.

SCHOLIE.

Il est necessaire en pathologie pour rendre raison de symptômes extraordi-

naires, de connoître la ſituation, le tiſſu, & la diſtribution des nerfs dans tout le corps, à moins de vouloir s'expoſer à ſe tromper lourdement dans l'explication de beaucoup de phenomenes, & à ſubſtituer aux veritables cauſes, des rêveries, ou des raiſonnemens vuides. On peut pour ſe mettre au fait de cette matiere, avoir recours à notre *Diſſertation ſur les mouvemens ſympathiques* (a), à l'excellent traité de Baglivi, *Sur la fibre motrice* (b), & à la Nerrologie de Vieuſſens, ouvrage le plus exact qui ait paru ſur cette matiere. J'obſerverai, en paſſant, que la démonſtration des nerfs ne ſe fait jamais mieux que ſur un ſujet mort d'hydropiſie.

(a) *Diſſertatio de conſenſu partium.*
(b) *De fibra motrice.*

CHAPITRE II.

De l'uſage du fluide du cerveau, & des nerfs.

I. LA liqueur, ou le fluide qui ſe ſepare dans la ſubſtance corticale du cerveau de la portion la plus ſubtile,

& la mieux mêlangée du ſang, & de la lymphe, & que les nerfs, qui la reçoivent par les pores, portent aux membranes, & aux fibres élaſtiques, ne ſert pas ſeulement aux ſenſations, & aux mouvemens volontaires, & involontaires, mais contribue beaucoup à la nutrition.

II. Le nerf qui ſe diſtribue dans une partie, étant lié, pourri, ou coupé, non-ſeulement cette partie perd le mouvement, & le ſentiment, mais elle eſt privée d'une nourriture convenable.

SCHOLIE.

J'ai ſouvent obſervé en Chirurgie, que, ſi quelque nerf eſt attaqué d'une corruption gangreneuſe, ce qui arrive fréquemment dans les ulceres des ſcorbutiques, la corruption coule continuellement, quoique lentement, tout le long des tendons, & ne s'arrête que quand elle approche de parties, ou tendons, qui reçoivent de la vigueur, & de la force d'un autre nerf qui n'eſt point attaqué. Les bleſſures de la moëlle de l'épine, ou ſa rupture totale, privent entierement toutes les parties qui ſont au-deſſous de ſentiment, de tenſion, de vigueur, & même d'une nour-

riture

riture convenable, de ſorte que la moindre bleſſure exterieure les fait très-aiſement tomber en gangrene. Les parties paralytiques tombent en phtiſie, ou ſont attaquées de tumeur contre nature; preuves certaines que leur conſervation, leur nutrition, & l'exercice convenable de leurs fonctions, ne peuvent ſubſiſter que les nerfs ne ſoient ſains, & qu'ils ne reçoivent une ſuffiſante quantité de ſuc nerveux.

III. Ce ne ſont cependant point les nerfs qui fourniſſent, & portent aux parties le ſuc neceſſaire pour les nourrir.

SCHOLIE.

Le contraire étoit cependant, il y a peu de tems, le ſentiment de quelques Médecins Anglois, fondés ſur ce qu'ils remarquoient que les maladies des nerfs portoient un préjudice ſi conſiderable à la nutrition. Mais bien que les nerfs n'en fourniſſent pas la matiere, leur integrité ne laiſſe pas de contribuer beaucoup à ſa perfection, parce que l'influx de ce fluide ſubtil donne de la force, de la vigueur, de la tenſion aux fibres, & aux parties ſolides; ce qui fait que le ſuc nourricier péné-

tre mieux dans l'interieur des fibres, s'y attache plus aisément, & que ses parties convenables à cette fonction, se séparent de celles que leur impureté, ou leur trop grande fluidité rend impropres à la nutrition. Enfin le suc nerveux est trop délié, & en trop petite quantité, pour servir à l'accroissement des parties, & reparer l'abondance de matieres, qui en sortent continuellement par l'insensible transpiration. Ce fluide même ne contribue en rien à la nutrition des nerfs, qui se fait, ainsi que celle des autres parties, par le sang que les arteres leur apportent.

IV. Le fluide des nerfs est la cause premiere, & principale des mouvemens animaux, ou volontaires; & des mouvemens naturels, involontaires, ou méchaniques.

SCHOLIE.

Willis est le premier qui ait remarqué que les mouvemens volontaires dépendent du cerveau, & que les involontaires, ou automatiques, à qui il appartient principalement de conserver l'integrité, & la vie du corps, ressortissent du cervelet. Tout le monde connoît aussi les experiences de Bohn, &

de Perrault, qui nous apprennent qu'on peut enlever peu à peu presque tout le cerveau d'un chien, sans qu'il meurre, & que le mouvement du cœur en souffre; mais qu'on ne lui peut ôter de même le cervelet, bien qu'on ne touche point au cerveau, sans lui ôter en même tems la vie. Nous appellons mouvement méchanique, ou machinal, celui qu'operent des causes purement corporelles, en conséquence d'une espece de necessité absoluë, qui résulte des loix ordinaires du mouvement; mouvement qu'on ne peut arrêter, empêcher, reveiller, ou augmenter à sa fantaisie. Nous appellons mouvement animal, ou volontaire, celui que la volonté, & l'empire de l'ame peut diriger, bien qu'il s'accomplisse quelquefois dépendamment de causes purement corporelles.

V. Les organes des mouvemens volontaires sont les muscles, parties composées de fibres cilindriques, mollettes, & poreuses, assemblées en pacquets; & les instrumens des mouvemens machinaux, sont les membranes nerveuses, & musculeuses, ou charnues, composées principalement de fibres annulaires.

SCHOLIE.

Les fibres charnuës, ou motrices, ont une direction rectiligne, ou transversale. Les premieres s'appellent longitudinales, les autres annulaires. Les canaux membraneux, qui portent, & poussent les liqueurs, sont composés de ces deux especes de fibres, & doüés d'un mouvement de contraction, & de dilatation. Nous renfermons dans cette classe les vaisseaux de toute espece, arteres, vaisseaux lymphatiques, les sinus veneux de la dure-mere, le ventricule, l'ésophage, les intestins, les vaisseaux qui portent la bile, les canaux urinairesdes reins, les ureteres, la vessie, & les petits canaux des glandes, & des visceres. Or le souverain Maître de nos jours n'a pas voulu que les mouvemens de ces parties dépendissent de nous; de peur que si l'ame avoit eu un pouvoir plein, & direct sur eux, de façon à pouvoir en conduire les organes à sa volonté, elle ne pût, à cause de l'attachement que nous apportons en naissant pour la vie, en disposer à son gré, & en éloigner la fin autant qu'elle le voudroit.

V. Les sphincters, & les valvules,

qui ſont composés de beaucoup de lits de fibres annulaires, ſont principalement du reſſort des mouvemens méchaniques.

SCHOLIE.

Les ſphincters, qui ſont la clef de pluſieurs canaux, ſont composés de pluſieurs lits de fibres annulaires. La compoſition des valvules eſt auſſi d'ordinaire la même. On voit de ces ſphincters, leſquels ont beaucoup de force de contraction, & d'impulſion, aux orifices droit, & gauche du ventricule, à l'anus, au col de la veſſie, à l'orifice interne de l'uterus, à celui des canaux choledoque, & pancreatique, dans l'endroit où ils percent les membranes du duodenum. Les valvules, ſur-tout celle qui ſe rencontre au commencement du colon, ont auſſi beaucoup de fibres circulaires, charnues, ou motrices, qui paroiſſent ſenſiblement.

VII. Ces ſphincters, & orifices de canaux aïant beaucoup de force de contraction, ont beaucoup de pouvoir pour arrêter, ou pour accelerer les excretions.

SCHOLIE.

Lorſque les deux orifices du ventri-

cule ſont attaqués de convulſion, les vapeurs, & les vents, ne trouvant point d'iſſue, cauſent un gonflement de cette partie, incommode, & accompagné d'inquietudes. La convulſion du canal choledoque, faiſant regorger la bile, cauſe la jauniſſe. La violence, & l'acceleration du mouvement de contraction, & de dilatation du pylore, & de la valvule du colon, cauſent des déjections fréquentes. La forte contraction du pylore, & de la partie inferieure du ventricule, & la trop grande dilatation de l'orifice ſuperieur, cauſent le vomiſſement. Une contraction conſiderable de l'orifice interne de l'uterus, ou ſon trop grand relâchement, ſont ordinairement les cauſes de la ſtérilité. La convulſion du ſphincter de la veſſie, & de l'urethre, cauſe la difficulté d'uriner. Celle du ſphincter de l'anus, & de l'inteſtin rectum, empêche non-ſeulement la ſortie des vents, & des excremens groſſiers, mais eſt occaſion au ſang de ſe rallentir dans ces parties, & de cauſer des hemorrhoïdes aveugles. Je ne fais aucun doute que les médicamens fort actifs, comme les émetiques, les mercuriels, les purgatifs, n'operent, & ne déploient principalement leurs forces

contre ces organes du mouvement. Aussi doit-on regarder comme un axiome certain, que les parties composées de beaucoup de fibres circulaires, robustes, & élastiques, sont les plus vivement affectées par les poisons, les passions de l'ame, les causes des maladies, & les remedes les plus énergiques.

VIII. Toute force, ou puissance motrice, qui réside dans les parties musculeuses, dépend en partie de la structure des fibres, & en partie de l'abord des fluides, nerveux, & sanguin, qui les animent.

IX. C'est une chose certaine, que si le suc nerveux, ou le sang, par quelque cause que ce soit, ne peut aborder aux parties musculeuses, elles perdent leur mouvement, leur tension, leur résistance, & tombent dans le relâchement, ou l'atonie.

SCHOLIE.

Il n'y a donc aucun muscle qui ne soit pénétré de sang, & de suc nerveux, & l'on ne trouve dans le corps aucun canal, ou vaisseau, qui n'ait, outre une membrane charnue, une membrane nerveuse, dans laquelle il se distribue ordinairement des vaisseaux sanguins, & des nerfs.

X. Plus le ſang, & le fluide nerveux, ſe portent rapidement vers les parties deſtinées aux mouvemens, & plus grande eſt la quantité qu'elles en reçoivent, plus ces parties ont de force, & de puiſſance pour mouvoir.

SCHOLIE.

Auſſi remarque-t'on, que les corps qui ont les vaiſſeaux larges, & les nerfs gros, ont plus de fermeté, & de force, que ceux dont les nerfs, & les vaiſſeaux ſont petits; & que ces derniers ſont ordinairement d'un temperament foible.

XI. La force, & la fermeté des ſolides, ne dépend pas ſeulement de l'abondance du ſang, & du ſuc nourricier, il faut auſſi un tiſſu particulier des fibres qui compoſent les parties ſolides.

SCHOLIE.

Les païſans ſont robuſtes, & capables de réſiſter à des travaux pénibles, quoiqu'ils uſent d'alimens ſimples, & qui font peu d'eſprits; & l'on remarque ſouvent, que ceux qui font bonne chere, & uſent de vin, ſont foibles.

XII. C'eſt une experience certaine, & inconteſtable, que les hommes, &

les animaux qui ont les fibres ſerreés, tenduës, dures, & élaſtiques, ont plus de force que ceux dont les fibres ſont plus tendres, déliées, & lâches.

SCHOLIE.

Ceux qui ont diſſequé des lions, & d'autres animaux forts, ont remarqué dans leurs fibres une tenſion, & une ſolidité particuliere, qui les empêchoit de ſe rompre aiſément. L'exercice continuel donnoit aux Athletes de Rome, & de Grece, une force prodigieuſe, quoiqu'ils vequiſſent des viandes legeres, & ſimples. Nous remarquons en Méchanique, que les cordes de chanvre ont plus de réſiſtence, que celles de ſoie, ou de laine; donc la grande force qui eſt neceſſaire pour exciter les mouvemens, dépend non-ſeulement des fluides, mais des ſolides, c'eſt-à-dire, de leurs differentes diſpoſitions, & ſtructure.

XIII. On remarque que les parties composées de beaucoup de fibres fortes, & dures, ont beaucoup de force, & ſont capables de vaincre une grande réſiſtence; comme on le voit dans le cœur, & les arteres.

XIV. Les fibres de tout le corps ont

deux mouvemens, celui de contraction, ou de systole, & celui de diastole, ou d'expansion, d'où dépendent le mouvement progressif, & circulaire des fluides, leur impulsion, & les secretions, & excretions qui en sont les suites.

SCHOLIE.

C'est à juste titre qu'on peut appeller vitale cette espece de mouvement, tout simple qu'il est; puisque sa cessation cause sur le champ la stagnation, & la corruption des liqueurs; & que l'ordre, & le bon état de la circulation, dépend de celui de ce mouvement. Car il ne faut pas s'imaginer que le cœur, dont la puissance est bornée, & limitée, puisse donner au sang assez de velocité, pour surmonter la résistence qu'il trouve dans les parties, à travers lesquelles il est sans cesse obligé de couler; mais les fibres dont ces parties sont composées, sont une infinité de leviers multipliés, dont le mouvement insensible de contraction, aide la circulation des fluides, & vient à l'appui, & au secours des efforts du cœur. C'est une verité dont on ne doutera pas, si l'on fait attention au grand avantage que procure l'exercice pris habituellement,

& tous les jours, & au dommage que cauſe une vie oiſive, & ſédentaire. Car les liqueurs, pouſſées continuellement par la contraction des fibres muſculaires, achevent plus heureuſement leur circulation au travers des parties du corps; étant pouſſées de plus en plus vers le cœur, elles y reçoivent derechef le mouvement & la velocité neceſſaires à la conſervation de la vie. Or ce mouvement d'impulſion étant, ou totalement ſupprimé, ou conſiderablement affoibli, dans les perſonnes ſédentaires, & oiſives, il eſt neceſſaire que le fluide qui coule continuellement le long des fibres, avance plus lentement, & que, s'arrêtant çà, & là, dans les interſtices des fibres, il diſpoſe le corps à la cachexie, & à l'enflure des pieds, & qu'il arrive des ſuppreſſions du ventre, & des évacuations accoûtumées.

XV. C'eſt du fluide nerveux que dépend la premiere impulſion, ou inſtigation au mouvement, mais la grandeur de la force que les muſcles ont pour les exciter, dépend en partie du reſſort de leurs fibres, & en partie de l'abord du ſang plus ou moins abondant.

SCHOLIE.

Voici comme la puiſſance des muſcles qui ſervent aux mouvemens des parties, eſt miſe en action. L'ame, qui conduit ces mouvemens, cauſe un influx plus abondant du ſuc nerveux dans le muſcle qui doit agir, ce qui fait que ſes fibres rectilignes deviennent aiſement courbées en angles ; de-là s'enſuit la contraction des parties, & la compreſſion des veines, & que le ſang, ne pouvant refluer auſſi promptement, eſt obligé de ſéjourner plus long-tems dans les parties reſſerrées ; mais ſi-tôt que la preſſion, & l'influx du fluide nerveux vient à ceſſer, les parties contractées s'allongent d'elles-mêmes, & laiſſent au ſang la liberté de s'écouler.

XVI. Quoique le fluide nerveux ne coule pas dans les nerfs, comme dans des canaux, ſa ſubſtance la plus déliée, qui pénétre le tiſſu intime des nerfs, ne laiſſe pas d'avoir la puiſſance de mouvoir, & fléchir avec aſſez de force les filets dont ils ſont compoſés, & de leur donner le reſſort qui les rend ſuſceptibles des mouvemens prompts qu'ils exécutent.

XVII. Les regles de la ſtatique nous

apprennent que l'addition, ou la souſtraction de la plus petite force d'un corps, eſt capable de le mettre en mouvement, ou de l'arrêter.

XVIII. Auſſi voïons-nous qu'un enfant leve dans une machine pluſieurs centaines de livres, & qu'un poids leger ajouté dans une balance, ou ôté, leve, ou abbaiſſe des corps d'un poids conſiderable.

XIX. Le fluide des nerfs eſt d'un uſage très-étendu, & très-grand pour l'exercice des ſenſations.

SCHOLIE.

Il n'eſt point douteux qu'il n'y ait dans l'homme, & les autres animaux, un principe qui diſtingue les differentes eſpeces de mouvemens, que les objets exterieurs impriment aux differens organes des ſenſations. Cette operation ſe fait par l'entremiſe du ſuc nerveux, qui eſt comme l'inſtrument de ce principe, ſur lequel agiſſent les objets, & dans les modifications duquel il connoît leurs actions, & leurs mouvemens, Or il paroît que ces modifications conſiſtent en un mouvement d'ondulation, imprimé au ſuc nerveux par les objets, pareil à celui que les raïons de lumiere

causent dans la matiere étherée, lequel mouvement se continue de l'extrêmité exterieure du nerf, jusqu'à la partie du cerveau où reside le sentiment.

CHAPITRE III.

Des sensations, de la maniere dont elles se font, & de leur nature.

I. IL ne suffit pas aux Médecins de connoître la disposition artiste des parties destinées à l'entretien, & la conservation des mouvemens vitaux, qui préservent le corps de la corruption, qui sans eux seroit son partage; il faut qu'il connoisse la disposition, & la structure admirable des parties organiques qui servent aux sensations, ou aux perceptions des objets exterieurs.

SCHOLIE.

Il faut considerer dans l'homme trois agens differens à raison de leur essence, & de leurs operations, &, pour éviter la confusion, leur donner differens noms. Nous nous servirons de ceux que les Anciens ont adoptés, & nous

les appellerons nature, ame ſenſitive, & ame raiſonnable. Je n'entends autre choſe par nature, que l'économie des mouvemens qui agitent les ſolides, & les fluides, pour l'entretien, & la conſervation de la vie du corps. L'ame ſenſitive eſt un agent commun aux hommes, & aux animaux; qui, en conſéquence de la perception, ou du ſentiment des differens mouvemens, que les objets exterieurs impriment aux fibres, & aux membranes nerveuſes, excite en eux l'averſion, ou le deſir. Le troiſiéme principe, qui nous diſtingue des animaux, ſe ſert du miniſtere des ſens, qui ſe connoît, connoît les corps exterieurs, & les ſenſations, qui eſt capable de raſſembler, de comparer, d'approfondir les differentes idées que les objets exterieurs font naître, en un mot, capable d'intelligence, & de jugement, enfin de produire ſes actions librement, & par ſa propre détermination, eſt l'ame raiſonnable, qui nous diſtingue des bêtes.

II. La perception, le deſir, l'averſion, la penſée, la comparaiſon des idées, la liberté, ne dépendent en aucune maniere de la figure, de la ſituation, de la grandeur, de la liaiſon, de

l'union, ou de la diſpoſition des fluides, ou des ſolides, ni de leur action, ou reaction; il faut donc reconnoître dans l'homme, outre le méchaniſme, c'eſt-à-dire, l'ordonnance des mouvemens, qui réſultent neceſſairement de la ſtructure, & de la diſpoſition des parties, un principe capable, quoiqu'il échappe aux ſens, de ſentir, & d'appercevoir ces mouvemens, & de porter ſon jugement ſur eux.

SCHOLIE.

L'eſſence, & la nature de ces principes, dont l'un eſt purement ſenſible, & l'autre veut, conçoit, & agit librement dans le corps, ne tombe pas ſous les ſens, ni même ſous l'entendement humain. Il eſt cependant vrai qu'il y a entre eux une difference infinie, ainſi qu'entre leurs manieres d'agir. Il faut donc ſe donner de garde de les confondre, & les diſtinguer par leurs differentes operations, qui caracteriſent la difference de leur eſſence. Il eſt encore neceſſaire au Médecin, & au Philoſophe, de rechercher, & d'examiner ſoigneuſement, comment ils ſe trouvent unis, & liés dans le corps humain; & comment l'un ſe ſert du miniſtere de l'autre, & l'un cauſe

cause dans l'autre des affections, des dispositions, des changemens.

III. Telles sont les loix de l'union de l'ame, & du corps, que certaines especes de mouvemens qui consistent en vibrations, & oscillations, étant communiquées aux nerfs, & aux parties nerveuses, il naisse dans l'ame differentes perceptions, ou especes de sensations, agréables, ou desagréables.

IV. La sensation, ou perception, n'est donc point la même chose au regard de l'ame, & du corps.

V. La sensation dans l'ame, n'est donc autre chose qu'une certaine production d'une idée, ou connoissance d'un mouvement imprimé, connoissance refléchie de l'ame. Lors donc qu'il n'y a pas de connoissance, il n'y a pas de sensation.

SCHOLIE.

C'est donc une erreur grossiere, d'attribuer à l'ame une connoissance interieure de la disposition des fibres nerveuses de son corps, produite par la vûe des causes morbifiques qui menacent le corps, ou celle des causes salutaires, comme les médicamens; de sorte, qu'à l'aspect des unes, elle fasse tous

ſes efforts pour les détruire, & qu'à celui des autres, elle dirige ſon action de façon à les appliquer, & à les mettre en œuvre. Car nous n'avons aucune connoiſſance de cette operation de l'ame; & elle n'eſt fondée que ſur une pure ſuppoſition. Or on doit ſe donner de garde d'admettre en Médecine, comme un principe de ſes démonſtrations, & de l'explication des phenomenes de ſon reſſort, rien qui ne ſoit établi ſur des preuves très-évidentes; & juſques-là, il faut le regarder comme une pure ſuppoſition, ou même une fiction.

VI. La ſenſation par rapport au corps eſt une impreſſion certaine, & déterminée, faite par un objet exterieur ſur les parties, ou membranes nerveuſes, qui conſtituent le veritable organe des ſenſations, & ſpecifiée par la diſpoſition particuliere de l'objet qui la cauſe.

SCHOLIE.

Le ſentiment ne ſe fait dans aucune partie du corps, qu'en tant que nerveuſe. C'eſt pourquoi les os, les cartilages, la graiſſe, les fibres mêmes dénuées de nerfs; que dis-je? la ſubſtance muſculeuſe du cœur, n'ont ni ſentiment, ni

douleur. La même verité eſt prouvée par une autre experience ; c'eſt que le ſentiment périt entierement, diminue beaucoup, ou ſe déprave, lorſqu'un nerf eſt lié, coupé, comprimé, ou leſé, de quelque maniere que ce ſoit. Au contraire, plus les parties ſont fournies de membranes nerveuſes, déliées, & tendues, comme le perioſte, le pericrane, le ventricule, les inteſtins, les ureteres, les ligamens des dents, des parties mobiles, & même la peau, ſur-tout quand elle ſouffre une extenſion contre nature, comme dans l'éryſipele, plus elles ont le ſentiment délicat, & fin.

VII. Ce ſont cependant moins les nerfs, que leurs expanſions membraneuſes, qui ſont l'inſtrument propre de leurs ſenſations.

SCHOLIE.

C'eſt ainſi que la viſion ne ſe fait pas dans le nerf optique, mais dans la retine, membrane de l'œil, qui n'eſt qu'une expanſion du nerf optique. L'oüie ne ſe fait pas dans le nerf auditif, mais dans l'allongement membraneux de ce nerf, qui tapiſſe la partie interne de l'oreille, le labirinthe, & la coquille. L'odorat ne ſe fait pas dans les nerfs

olfactifs, mais dans la membrane nerveuse qui revêt l'interieur des narines, & principalement les cornets du nés; de même la sensation du goût, ne se fait dans la substance musculaire de la langue, ni dans ses nerfs, mais dans leurs extrêmités, ou les houppes nerveuses pyramidales; comme les houppes nerveuses de la peau, constituent le veritable organe du toucher.

VIII. Plus donc les fibres, & membranes nerveuses sont tendues, & agitées par les objets exterieurs, plus la sensation est délicate, & vive.

SCHOLIE.

C'est la raison pourquoi les jeunes gens, & ceux qui sont d'un temperament cholerique, & qui ont les fibres tendues, & tendres, ont le sentiment plus vif, & sont exposés à des douleurs plus cuisantes, & pourquoi la peau est si douloureuse au moindre contact quand elle est trop enflée, comme il arrive dans l'érysipele, & la goûte. C'est aussi la differente disposition de la peau, plus ou moins tendue dans les differens sujets, qui fait que les remedes externes font tantôt bien, tantôt mal, dans les blessures de la peau; que

certains ſujets ſe trouvent bien des emplâtres gras, & humides, & d'autres en ſont très-incommodés; & que les linimens, balſamiques, & ſpiritueux, font beaucoup de bien aux uns, tandis qu'ils nuiſent beaucoup aux autres. Il eſt donc, non pas ſeulement utile, mais neceſſaire au Médecin, & au Chirurgien, de faire une attention particuliere à la diſpoſition des fibres de la peau.

IX. Au contraire, plus les membranes nerveuſes ſont relâchées, ou naturellement, ou par le ſéjour des humeurs, plus le ſentiment eſt obtus, ou diminue.

SCHOLIE.

Dans le rhume de cerveau, les membranes nerveuſes des narines, & de la bouche étant relâchées par trop d'humidité, le goût, & l'odorat, ou s'éteignent entierement, ou ſont mal diſpoſés. Il ne ſe fait point de ſenſation dans les parties paralytiques, parce qu'elles ſont dénuées du ſuc nerveux d'où dépend leur tenſion. L'atonie du tympan cauſe la ſurdité, & le relâchement de la retine, l'aveuglement ordinaire aux vieillards.

X. Ce ne ſont point les parties ſolides dont les membranes nerveuſes ſont

composées, qui sont le vehicule du sentiment ; elles ne le sont qu'en tant qu'animées du fluide ètheré très-subtil, qui se separe dans le cerveau, & la moëlle de l'épine.

SCHOLIÉ.

Il suffiroit pour mettre cette verité en évidence, d'observer, que les sensations périssent presque entierement, aussi-tôt que le sang cesse de se porter au cerveau ; comme il arrive dans la syncope ; & qu'elles renaissent aussi-tôt que le sang reprend cette route. Mais elle est appuïée sur d'autres preuves. La compression, ou l'affaissement de la moëlle allongée du cerveau, ou de la partie superieure de la moëlle de l'épine, détruit entierement le sentiment. L'experience même enseigne que les corps susceptibles d'une grande rarefaction, & ceux qui envoient au cerveau des vapeurs nuisibles, comme le saffran, l'opium, le pavot, le stramonium, la jusquiame, pris interieurement, ou appliqués exterieurement, diminuent, ou même détruisent le sentiment, quoique l'organe soit sain, & entier ; & que la dissipation de ces vapeurs sulphureuses, est seule capable

d'en rétablir les fonctions ; preuve certaine qu'elles ont besoin d'un fluide bien disposé, & ami de la nature, pour être exécutées conformement à leur institution, & que l'alteration, ou le changement que ce fluide souffre de la part des corps étrangers, le rend incapable de communiquer le mouvement que les objets exterieurs ont imprimé aux nerfs.

CHAPITRE IV.

De la vûe, & de l'ouie.

I. LEs sens sont au nombre de cinq ; la vûe, l'oüie, l'odorat, le goût, & le toucher. Dieu les a établis pour donner à l'ame, ou à la substance qui pense, & juge dans l'homme, la matiere de ses pensées, ou differentes idées, occasionnées par une infinité d'êtres créés. C'est ce qui fait que les sens sont très-necessaires à l'exercice du raisonnement.

SCHOLIE.

L'homme privé de sens dès sa naissance, & sur-tout de la vûe, & de

l'oüie, differe très-peu de la bête, & même est en certain sens au-dessous d'elle. Car le défaut d'idées, sur lesquelles roulent la pensée, & le jugement, l'empêche absolument de raisonner.

II. La divine Sagesse a construit avec un art merveilleux dans la machine animale, differens organes de sentimens, appropriés à la diversité des objets qui doivent agir sur eux, & aux differentes manieres dont ils doivent le faire. Il faut que le Médecin connoisse parfaitement la structure de ces organes, pour avoir plus de facilité à distinguer leurs differentes especes de lesions, leurs causes, les parties attaquées; à les connoître, & les guérir.

III. Le plus précieux de tous les sens est l'organe de la vûe, qui est l'œil, placé dans une orbite osseuse, garnie de deux paupieres, composé interieurement de membranes, d'humeurs, de muscles, de nerfs, & de vaisseaux, parties dont l'assemblage fait un tout composé avec tout l'art imaginable.

IV. Outre la membrane exterieure, nommée albuginée, ou conjonctive, qui naît du perioste autour du bord de l'orbite, l'œil a ses membranes propres, qui,

qui, si on les examine avec attention, tirent leur origine de celles du cerveau. Car la guaine que la dure-mere donne au nerf optique, aussi-tôt qu'elle est entrée dans l'orbite, se gonfle, & forme un globe membraneux très-ferme, dont la partie anterieure, & plus élevée, est transparente, & se nomme *cornée*, & la posterieure, plus épaisse, plus dure, & plus opaque, s'appelle *sclerotique*. C'est aussi celle qui sert de point d'appui aux vaisseaux, & aux nerfs, & qui donne de la fermeté aux muscles, en soûtenant leurs tendons.

V. La pie-mere, qui revêt immediatement le nerf optique, étant entrée dans l'orbite, reçoit une multitude de vaisseaux sanguins qui l'arrosent. Couverte au-dedans d'un suc noirâtre, elle coule sur la sclerotique, & se partage en deux lames, dont l'interne forme la *choroïde*, & l'exterieure, se repliant vers les bords de la cornée, forme l'*uvée*, laquelle au milieu est percée d'un trou rond, qui forme la *prunelle*, entourée par l'*iris*; partie ainsi nommée à raison de ses diverses couleurs. Des bords de l'uvée sortent des fibres nerveuses, & musculaires, qui se terminent en une bande orbiculaire, & se flechissant en

dedans, composent le *ligament ciliaire*, suspendu sur le cristallin, en forme d'arc, & d'attache, & dont l'usage est de borner l'ouverture de la prunelle, & de dilater, ou de resserrer tant la prunelle que le cristallin, conformément aux modifications que reçoit la premiere.

VI. Au fond de l'œil, la substance moëlleuse, qui fait l'interieur du nerf optique, s'étendant de tous côtés comme une mousse legere, forme la membrane appellée *retine*, sur laquelle se peignent les representations des objets, & qui est l'organe principal de la vision.

VII. Il y a dans l'œil trois liqueurs transparentes, l'une extrêmement fluide, c'est la premiere qu'on trouve en dissequant l'œil, s'appelle *humeur aqueuse*. Elle remplit les deux chambres de l'œil; c'est-à-dire, l'espace qui est entre la cornée, & l'uvée, nommé *chambre anterieure*, & celui qui est entre l'uvée & le cristallin, qu'on appelle *chambre posterieure*. Cette liqueur y transsude des pores des arteres qui arrosent l'uvée, & la choroïde.

VIII. La seconde liqueur, nommée *Cristalline*, à cause de sa transparence,

eſt attachée à la troiſiéme, qu'on appelle *humeur vitrée*, par une membrane déliée, nommée *arachnoïde*. L'humeur criſtalline eſt de forme lenticulaire, plus ſolide que les deux autres, formée de pluſieurs lames couchées l'une ſur l'autre, & placée de ſorte que ſa ſuperficie convexe entre dans l'humeur vitrée, à laquelle elle eſt attachée par des fibres membraneuſes, & que le ligament ciliaire la tient ſuſpenduë, & la rend propre à recevoir les raïons de lumiere.

IX. L'humeur vitrée, ainſi nommée de ſa reſſemblance avec le verre, eſt plus épaiſſe que l'aqueuſe, & ſa maſſe ſurpaſſe les deux autres, ſçavoir douze fois l'humeur aqueuſe, & quatre fois l'humeur criſtalline. Elle eſt enveloppée d'une membrane fort mince qui lui eſt particuliere, & qui n'eſt qu'un prolongement de la choroïde; elle occupe toute la partie poſterieure de l'œil, touchant la retine de toutes parts, & forme anterieurement une petite cavité pour enchaſſer le criſtallin. Cette humeur vitrée eſt auſſi vaſculeuſe, comme le criſtallin, & a ſes vaiſſeaux, dont les uns apportent la lymphe tranſparente très-ſubtile, neceſſaire à ſon en-

tretien, & les autres la repoussent pour la renouveller.

X. Tout l'appareil de tant de parties differentes, qui composent l'organe de l'œil, n'est fait que pour rassembler distinctement, & avec force, les raïons de lumiére dans le fond de l'œil, directement sous la prunelle; de façon que ceux qui sont partis d'un point d'un objet, passent par la prunelle, & le cristallin, & representent sur la retine autant de points, qu'il y en a eu de visibles dans l'objet. Il se peint donc sur la retine une image pareille à l'objet, & cette membrane la communique jusqu'à l'origine des sensations.

SCHOLIE.

L'œil ressemble donc parfaitement à la chambre obscure; la prunelle est l'ouverture par laquelle passe la lumiere; les membranes uvée, & choroïde, sont le lieu obscur; les humeurs cristalline, & vitrée, sont les lentilles; & la retine, le papier sur lequel se peignent les objets. Or comme la representation distincte d'un objet dans la chambre obscure, vient de la transparence des lentilles, la vision demande aussi la transparence, & la figure des humeurs, afin que les raïons qui partent d'un point

de l'objet visible, se rassemblent sur un point distinct de la retine comme dans le foïer, qui ne doit être ni trop éloigné, ni trop proche.

XI. L'œil est mû par six muscles, l'oblique superieur, & l'inferieur, le muscle droit superieur, & l'inferieur, & le muscle droit interne, & l'externe. Le premier de ces muscles qui se nomme aussi le throcleateur, l'amoureux, ou le pathetique, part de l'os sphenoïde auprès du trou du nerf optique, montant droit sur la partie superieure de l'œil; il se meut sur une poulie dans l'angle interne de l'œil, & s'insere dans la cornée vers les bords de l'iris. Son usage est de baisser obliquement l'œil, & de le détourner un peu en dehors. Le second oblique vient de l'os maxillaire, près du trou lacrimal, ou du voisinage des os zigomatique, & lacrimal, tournant obliquement vers l'exterieur; il s'insere à la partie posterieure, & inferieure de l'œil, à côté de l'insertion du nerf optique, & sa fonction est de mouvoir le bulbe de l'œil obliquement en haut, & de le tourner en dehors.

XII. Les quatre muscles droits, qui, comme le pathetique, viennent de l'os

ſphenoïde proche du trou optique, vont s'inſerer dans la ſclerotique, près du bord de la cornée. Le ſuperieur, appellé auſſi le ſuperbe, éleve l'œil en haut, & le releve, ce qui le fait auſſi nommer releveur; l'inferieur le baiſſe; ce qui lui fait donner le nom d'humble, ou d'abbaiſſeur; l'interne, qu'on appelle auſſi le buveur, le ſtudieux, ou l'adducteur, tire le globe du côté du nés; & l'externe de ſa fonction, qui conſiſte dans l'exécution du mouvement opposé, ſe nomme abducteur, ou le dédaigneux.

XIII. Les yeux ont beaucoup de vaiſſeaux, & de nerfs. La ſeconde paire entre dans l'orbité près du nés, & en s'étendant forme la retine; ce qui lui fait donner le nom d'optique. La troiſiéme paire va aux muſcles moteurs de l'œil, & jette quelques rameaux aux paupieres, & même aux membranes. La quatriéme paire, nommée pathetique, ſe jette dans l'oblique ſuperieur. La branche ophtalmique ſuperieure de la cinquiéme paire, & une portion de la ſixiéme ſe répand ſur les muſcles, les membranes, & les paupieres. Les carotides interne, & externe, ſe jettent dans l'œil par differens endroits, &

portent les ſucs neceſſaires à la nutrition des membranes, & des humeurs, juſques dans les plus petits vaiſſeaux, & le ſang ſuperflu eſt repris par des veines, qui ſe rendent en partie aux ſinus de la dure-mere, & en partie aux jugulaires.

XIV. Cet examen anatomique, & phyſiologique de l'organe de la vûe, jette beaucoup de jour ſur les maladies dont il peut être attaqué, & ſur-tout ſur celles qui conſiſtent dans la dépravation de la viſion.

SCHOLIE.

Quoiqu'il y ait une infinité de maladies des yeux, les principales cependant ſont celles où la vûë eſt dépravée, ou détruite, & on les déduit très-naturellement du vice du nerf optique, ou de la dépravation des humeurs qui doivent donner paſſage aux raïons de la lumiere.

XV. Les vices de la circulation des humeurs de l'œil, & le reſſerrement, ou le relâchement trop conſiderables des vaiſſeaux de cette partie, ſont les cauſes toutes ſimples de differens vices de la viſion. Car le trop grand relâchement des petits vaiſſeaux, qui apportent les

ſucs deſtinés à l'entretien des humeurs, eſt cauſe que des liqueurs troubles, & épaiſſes, ſe répandent dans les humeurs, ſur-tout dans l'aqueuſe, & que, ſuivant les differens dégrés, ou la quantité de parties heterogenes qui s'y ſont mêlées, il ſe forme differentes eſpeces de cataractes parfaites, ou imparfaites; & lorſque le criſtallin eſt gâté par un ſuc étranger qui le rend trouble, il naît differentes eſpeces de glaucomes.

SCHOLIE.

En conſéquence de ces principes, il eſt aiſé de voir, pourquoi les perſonnes qui ont un ſang ſcorbutique, & épais, ceux qui ſont attaqués de cachexie, de ſcorbut, de la maladie hypochondriaque, & les vieillards, tombent ſouvent dans ces maladies, lorſque le ſang ſe porte avec trop d'impetuoſité dans la tête. On voit auſſi la raiſon naturelle pourquoi la colere, la phreneſie, les vomitifs, les forts purgatifs, les frictions mercurielles, le bain trop chaud, les violens exercices du corps, le grand froid de la tête, les chûtes, la bleſſure, la contuſion de l'œil, produiſent ſouvent differentes eſpeces de ſcotomie, ou de cataractes, comme

une infinité d'obſervations en font foi ; & enfin pourquoi ces vices de la viſion ſont ſouvent les ſuites des inflammations des yeux, des maux de tête opiniâtres, de l'apoplexie, & de l'épilepſie.

XVI. Puiſque la parfaite tranſparence des humeurs, aqueuſe, vitrée, & criſtalline, dépend de la pureté, & de la lympidité de la lymphe, que le mouvement circulaire apporte dans les petits vaiſſeaux des membranes, & que le même mouvement en emporte, on peut ſur-tout expliquer beaucoup mieux le commencement, & la generation des cataractes fauſſes, ou veritables.

SCHOLIE.

La cataracte commence quand on voit des mouches, ou des points noirs fixes, qui viennent du relâchement des arteres lymphatiques, leſquelles, au lieu d'apporter une lymphe pure, & tranſparente, verſent dans l'humeur aqueuſe une lymphe chargée de molecules épaiſſes, qui en troublent la tranſparence, & qui, devenues à meſure plus abondantes, & plus épaiſſes, forment à la fin une concretion mucilagineuſe

qui s'arrête dans la chambre anterieure, ou posterieure, & forme une fausse cataracte, en interceptant le passage des raïons de lumiere. Mais quand les humeurs vitrée, ou cristalline, se dessechent par l'obstruction des vaisseaux qui doivent leur apporter le suc lymphatique transparent qui sert à leur entretien, ou lorsque le mèlange d'un suc épais, & opaque, que les vaisseaux trop relâchés laissent passer, vient à les troubler, il se forme un veritable cataracte.

XVII. Cette connoissance physiologique veritable, & raisonnable, met en évidence la maniere de remedier à ces défauts des organes de la vision; & fait voir que les moïens les plus sûrs pour les corriger, sont un regime salutaire, des délaïans convenables, les remedes qui corrigent les défauts du sang, & de la lymphe, les incisifs, les cephaliques, les fortifians, les remedes tirés du cinnabre, & de l'antimoine bien préparés, & les alterans doux.

XVIII. Le second sens principal, dont le ministere est d'exciter des idées dans l'ame, est l'oüie, qui n'est autre chose que le sentiment du son, au moïen

de l'organe destiné à en recevoir, & transmettre les impressions.

SCHOLIE.

Le son, qui est l'objet de l'organe de l'oüie, n'est qu'un mouvement de fremissement, & d'ondulation, produit dans l'air élastique par les secousses que lui donne le corps sonore, mouvement dont la propagation se fait par des cercles, au centre desquels est le corps sonore, suivant les loix de progression, & de réfléxion qu'on remarque dans les raïons de la lumiere.

XIX. On ne peut connoître parfaitement ce qui a rapport au sens de l'oüie, sans examiner attentivement la construction de l'oreille externe, & interne. La premiere comprend la conque, & le conduit auditif, & la seconde le tympan, & le labyrinthe.

XX. L'extrêmité de l'oreille est terminée par un cartilage demi-circulaire, élastique, susceptible de vibrations, qui renferme plusieurs éminences, & plusieurs cavités, & qui est recouvert d'une membrane tendue, & polie, afin que les raïons sonores se réfléchissent d'autant mieux, & que le son ne s'étouffe pas.

XXI. On trouve à l'orifice du conduit auditif un canal cartilagineux, ferme, triangulaire, capable de vibrations, qui se termine dans la cavité de la conque, & dont l'usage est de faire entrer dans le conduit auditif tous les raïons sonores, qui sont tombés dans le canal.

XXII. Le conduit auditif est une trompe de figure cilindrico-elliptique, dont le cours tortueux fait que le son s'augmente, & se multiplie par les réfléxions, & empêche que les raïons sonores n'abordent tous à la fois. La moitié de ce conduit est cartilagineuse; l'autre est osseuse. Il est revêtu d'une membrane extrêmement nerveuse, & enduit d'une humeur mucilagineuse, épaisse, & jaune, appellée *cerumen*, qui suinte de glandes miliaires jaunes, placées dans la partie cartilagineuse, par autant de canaux excretoires qu'il y a de glandes; & dont l'usage est de rompre les vibrations trop vives de la membrane, & de l'empêcher de se dessécher par le contact continuel de l'air.

XXIII. A l'extrêmité du conduit auditif se trouve une autre cavité nommée tympan, qui s'étend jusqu'au laby-

rinthe, & anterieurement eſt fermée par une membrane composée de trois lames, dont l'exterieure eſt un prolongement de la membrane qui tapiſſe le conduit auditif : l'interieure vient de la dure-mere, & celle du milieu eſt vaſculeuſe, comme il paroît par la deſcription que Ruyſch en a donnée dans ſa XXXVIII. lettre. Cette membrane empêche l'air, & les corps qui ne ſont point convenables, d'entrer dans le tympan. Elle eſt placée de maniere que ſa ſurface exterieure eſt concave, l'interieure convexe; elle eſt obliquement attachée à la circonference de l'os pierreux, & fait un angle obtus avec la partie ſuperieure du conduit auditif, & un angle aigu avec l'inferieure, afin que les raïons ſonores tombent directement ſur ſon centre, & qu'elle en reçoive des frémiſſemens plus forts.

XXIV. La cavité du tympan eſt creuſée dans l'os pierreux, & revêtue d'un perioſte rempli de vaiſſeaux. Il reçoit un petit nerf formé du concours de la cinquiéme, & la ſeptiéme paire, qui paſſe ſous la membrane du tympan, & ſe nomme *chorde*. Il a auſſi trois oſſelets revêtus d'un perioſte. L'un d'eux, appellé *marteau*; & inſtitué pour commu-

niquer le ſon à toute la membrane du tympan, lui eſt attaché par ſon manche, & s'attache par ſa tête à l'enclume. Il eſt garni de trois muſcles; l'un externe, qui vient du bord ſuperieur du conduit auditif, qui relâche la membrane du tympan, en tirant le manche vers le conduit auditif; l'autre interne, qui vient de la pattie cartilagineuſe de la trompe d'Euſtachi, qui bande la membrane du tympan, en l'appliquant plus étroitement aux bords de ſa cavité; & le troiſiéme, oblique, ou demi circulaire, qui vient de l'exterieur de la partie oſſeuſe de la trompe d'Euſtachi, & qui bande, & relâche differemment la membrane du tympan. Toutes ces diſpoſitions ont été faites pour augmenter, ou diminuer la force du ſon, ſuivant que les muſcles rendent la membrane propre à recevoir les vibrations des raïons ſonores, & que l'air eſt comprimé, ou reçû dans la conque, ou qu'il en eſt chaſſé.

XXV. Le ſecond des oſſelets de l'oüie eſt l'*enclume*, laquelle eſt articulée avec la tête du marteau, & par ſa jambe la plus longue avec la tête de l'étrier, au moïen de l'apophyſe orbiculaire. L'*étrier* par ſa baſe eſt ſitué ſur la fenê-

tre ovale, à laquelle il teint librement par des attaches membraneuſes, & ſa tête eſt garnie d'un muſcle qui vient de l'os pierreux, qui le releve, & l'approche plus exactement du bord de la fenêtre.

XXVI. De la cavité du tympan il part un canal en partie oſſeux, en partie cartilagineux, nommé *trompe d'Euſtachi*, qui va s'ouvrir vers le palais, & s'y termine par un bord cartilagineux fait en croiſſant : ce canal ſert pour la communication entre l'air qui eſt dans la cavité du tympan, & l'externe qui entre dans la bouche, & les narines, & fait que l'air de la cavité du tympan, peut entrer, ſortir, être renouvellé, & comprimé, & que les raïons ſonores reçûs dans le nés, ou la bouche, peuvent parvenir dans la cavité du tympan, & reparer, en quelque ſorte, les défauts qui peuvent ſe rencontrer dans le canal auditif au préjudice de la ſenſation de l'oüie.

XXVII. La partie interne de l'oreille, à raiſon de ſes replis admirables, & de ſes differens canaux, ſe nomme *labyrinthe*, & comprend le veſtibule, les canaux demi-circulaires, & la coquille. Le *veſtibule*, eſt la partie moïenne du labyrinthe; il communique avec la

cavité du tympan par la fenêtre ovale, laquelle, comme on l'a dit, est fermée par l'étrier, de sorte que cet osselet peut aggrandrir, ou diminuer le vestibule, & que l'air du labyrinthe peut être comprimé, ou dilaté, suivant que le demandent les modifications de l'air sonore. *Les canaux demi-circulaires* sont au nombre de trois, le superieur, l'inferieur, & le moïen. Ils font la partie anterieure du labyrinthe, & s'ouvrent dans le vestibule par cinq orifices. *La coquille*, placée à l'opposite de ces canaux, est composée de deux spirales & demi. Sa cavité est divisée par une lame spirale qui en fait deux canaux, dont le superieur s'ouvre dans le vestibule, & s'appelle *rampe du vestibule*; & l'inferieur, qui est fermé d'une membrane mince, communique avec la cavité du tympan par la fenêtre ronde, & s'appelle *rampe du tympan*.

XXVIII. Tous ces recoins, & ces cavités du labyrinthe, sont interieurement tapissés d'une membrane très-mince, formée de l'expansion de la portion molle du nerf auditif, comme la retine de celle du nerf optique. C'est par conséquent le principal organe du sens de l'oüie.

SCHOLIE.

Il eſt très-vraiſemblable que les raïons ſonores, reflèchis ſur la membrane du tympan, après s'être communiqués aux oſſelets, agiſſent ſur la membrane de la fenêtre ovale, & cauſent des vibrations homogenes à l'air, & à la membrane contenus dans la coquille, & la rampe du veſtibule; que le ſon, après avoir paſſé par le veſtibule, dont il a ébranlé la membrane nerveuſe, ſe continue aux canaux demi-circulaires, & imprime à leurs bandes nerveuſes des mouvemens diſtincts, qui communiqués au principe des nerfs par les filets du nerf auditif, y cauſent un ébranlement, en quoi conſiſte le ſentiment du ſon.

XXIX. Cette theorie, & cette deſcription anatomique de l'organe de l'oüie, & l'explication des fonctions de chacune des parties dont il eſt composé, ſuffit pour expliquer clairement les divers phenomenes qui concernent cet organe, & les cauſes de la ſurdité, & de la dureté de l'oüie.

SCHOLIE.

On voit en effet clairement pourquoi

ceux à qui l'on a coupé les oreilles, ou qui ont le conduit auditif bouché d'un cerumen épais, & endurci, ont l'oüie plus dure; pourquoi l'on entend plus clair la bouche ouverte; & pourquoi les ſourds entendent le ſon d'un inſtrument, lorſqu'ils en tiennent le manche entre les dents. On voit auſſi que l'obſtruction, ou la dureté de la trompe d'Euſtachi peut cauſer la ſurdité. On explique auſſi aiſément le tintement d'oreille, cauſé par la rarefaction de l'humidité trop grande, que lâche dans l'interieur de l'oreille, le perioſte vaſculeux, qui revet interieurement le tympan, & les oſſelets de l'oüie, lorſque ſes vaiſſeaux ſont trop relâchés.

XXX. L'oüie ſur-tout devient dure, ſi le tympan eſt trop tendu, ou trop relâché, s'il s'épaiſſit, s'endurcit, ou s'il eſt entierement perforé.

SCHOLIE.

Le premier défaut arrive ſouvent dans les fievres, les maux de tête conſiderables, & ſympathiquement dans la maladie hypochondriaque, & hyſterique. Le ſecond eſt cauſé par l'abondance de ſeroſités qui ſort des glandes ceruminenſes trop relâchées, & par le trop

grand abord du ſang, & de la ſeroſité dans le cerveau. Le troiſiéme ſe rencontre ſouvent dans la vieilleſſe, & ſouvent eſt la ſuite des fomentations chaudes appliquées ſur la partie, ou de l'application des eſprits volatils. Et le quatriéme, lorſque l'air que la trompe d'Euſtachi porte dans la cavité du tympan, ſort par l'oreille comme un ſouffle, ſur-tout quand la bouche eſt fermée.

XXXI. Une cauſe de la dureté de l'oüie, & du tintement, très-fréquente, quoique peu connue, c'eſt le relâchement de la membrane glanduleuſe du ſinus maſtoïde.

SCHOLIE.

Quand cette membrane envoïe une lymphe trop abondante, ou trop épaiſſe à la membrane du tympan, aux muſcles du marteau, & de l'étrier, aux membranes qui ferment les trous ovale, & rond, qui font auſſi la fonction de deux petits tympans, toutes ces parties, & même la chorde du tympan, ſont trop humectées, leur tenſion naturelle ſe relâche, & leurs fonctions ſe dérangent. C'eſt certainement ce qui arrive ſouvent dans l'état, ou le déclin des fievres aiguës.

CHAPITRE V.

De l'odorat, du goût, & du toucher.

I. LEs narines ſont l'organe de l'odorat. Elles ſont doubles, & vont en retreciſſant, afin que les exhalaiſons odoriferantes puiſſent y aborder en plus grande quantité, & s'y appliquer plus parfaitement.

II. La cavité des narines eſt grande & ſpatieuſe, & dans chacune d'elles on voit deux tuïaux ſpongieux, formés de lames oſſeuſes auſſi minces preſque que du papier, tellement repliés qu'ils forment pluſieurs tuïaux creux, dans leſquels s'ouvrent douze ſinus, ſavoir deux frontaux, deux maxillaires, & ſix éthmoïdaux.

III. Ces tuïaux, & les douze ſinus, ſont interieurement revêtus de deux membranes. La premiere eſt molle, & épaiſſe, parſemée de beaucoup de vaiſſeaux, & de glandes rondes conglobées, deſquelles ſort beaucoup de lymphe déliée, & ſans odeur, que le froid de l'air épaiſſit, & change en mucoſité. Cette ſecretion eſt ce qui a fait donner

à cette membrane le nom de pituitaire, ou muqueuſe ; & ſon uſage eſt d'humecter les narines, de les garantir des injures de l'air, & autres corps nuiſibles, de regler l'odorat, d'accrocher les corpuſcules odorans, de les retenir, & de les appliquer plus long-tems, & plus exactement aux nerfs olfactifs.

IV. La membrane pituitaire en recouvre une autre, qui n'eſt autre choſe que l'expanſion des fibres nerveuſes. Car les narines reçoivent beaucoup de nerfs. En effet, non-ſeulement la premiere paire y envoïe une quantité de filets, qui paſſent par les trous de l'os éthmoïde, & ſe répandent ſur toute la ſurface des narines, des ſinus, & des cellules ; mais la cinquiéme paire y envoïe par le trou rond du crâne, un rameau aſſez conſiderable, qui s'y diſtribue en pluſieurs filets.

V. Il n'y a donc aucune partie du corps où les nerfs ſoient ſi à découvert, & ſi expoſés à l'abord des corps externes, que dans les narines.

SCHOLIE.

C'eſt par cette raiſon que les corps odoriferans font un effet très-ſenſible ſur le cerveau, ſes membranes, les

nerfs, & leurs causent sur le champ differentes affections, commotions, & même lesions. C'est ce que justifie évidemment l'effet des odeurs pénétrantes, qui rappelle à elles les personnes tombées en syncope, les apoplectiques, ceux qui sont attaqués de maladies soporeuses, & les hysteriques. C'est ce que prouve l'effet nuisible des odeurs agréables sur ceux que la foiblesse du genre nerveux rend sujets aux mouvemens spasmodiques, & convulsifs, comme les personnes attaquées de la maladie hypochondriaque, & hysterique. C'est aussi par la même raison que les sternutatoires font un si bon effet dans les maladies de la tête, causées par la stagnation d'une pituite épaisse, en causant des mouvemens plus forts dans le cerveau, ses membranes, les nerfs, & leur fluide. Et je ne vois aucun lieu de douter, que ce ne soit par cette voie que les vapeurs, qui causent les maladies contagieuses, se transmettent au cerveau, dont le dérangement, ainsi que celui du fluide nerveux, se communique promptement à toute l'économie des mouvemens vitaux, qu'elle jette dans le trouble, & détruit même entiérement.

VI. On en doit auſſi conclure à juſte-titre que cette membrane nerveuſe eſt le ſiege de l'odorat, de ſorte, que ſelon les differentes modifications que les corps odoriferans lui donnent, le principe des nerfs eſt differemment affecté; ce qui produit differentes ſenſations.

VII. La matiere de l'odeur conſiſte en émanations, ou particules ſubtiles, ſulphureuſes, & ſalines, que le fluide de l'air, & de la matiere étherée diviſe, que l'inſpiration apporte dans la profondeur des narines,; & qu'elle applique aux fibres, & membranes nerveuſes. De-là il s'enſuit que l'odeur eſt d'autant plus pénétrante, que l'inſpiration eſt plus forte.

Scholie.

Il n'eſt donc point difficile d'expliquer pourquoi l'on ne ſent point quand on retient ſon haleine, ou pendant l'exſpiration; & pourquoi les odeurs, même les plus pénétrantes, ne font aucune impreſſion dans les bleſſures pénétrantes de la trachée artere, lorſque l'air paſſe par l'ouverture, au lieu de paſſer par les narines. Or comme les parties ſulphureuſes qui cauſent l'odeur, ſont volatiles, & s'évaporent très-aiſement,

il s'enſuit que la chaleur, le mouvement, le frottement, rend les odeurs beaucoup plus pénétrantes.

VIII. Il faut encore remarquer que la cinquiéme paire de nerfs envoïe auſſi des rameaux aux narines ; & que telle eſt la diſtribution de cette paire de nerfs, qu'elle en donne un très-remarquable à la langue, pour ſervir à la ſenſation du goût ; qu'elle contribue par ſa jonction avec pluſieurs branches de la ſixiéme paire à former le nerf intercoſtal, qui ſe diſtribue à preſque tous les viſceres de la potirine, & du bas ventre, & ſur-tout aux organes de la reſpiration ; & enfin que la paire vague, qui ſe diſtribue à differens viſceres de la poitrine, & du bas ventre, ſe joint par divers plexus au nerf intercoſtal. Ces obſervations peuvent ſervir à l'explication de beaucoup de phenomenes.

SCHOLIE.

On voit par-là comment il y a tant de correſpondance entre le goût, & l'odorat ; pourquoi les odeurs agiſſent ſi promptement ſur tout le corps, ſoit en le fortifiant, ou le bleſſant ; pourquoi l'irritation cauſée aux membranes du nez par le ſel acre qui fait la partie eſ-

ſentielle

ſentielle des ſternutatoires, ſe communique au nerf intercoſtal, à la paire vague, & aux nerfs des muſcles qui ſervent à la reſpiration ; ce qui eſt ſuivi d'un mouvement convulſif de la poitrine, appellé éternuement, qui exprime la mucoſité qui ſéjourne dans la cavité, & les ſinus des narines.

IX. La langue eſt l'organe du goût. Sa ſubſtance interieure eſt muſculeuſe, composée principalement de cinq paires de muſcles, dont les fibres ſont diſpoſées par lits les unes ſur les autres, & forment divers plans de fibres longitudinales, & obliques, qui exécutent tous les merveilleux mouvemens de cet organe.

X. Ces plans ſont recouverts d'une membrane triple qui ſert au ſens du goût. La premiere, ou l'exterieure, qui fait les fonctions d'épiderme, eſt percée de beaucoup de petits trous, où les houppes nerveuſes ſont renfermées comme dans des guaines, tant pour les deffendre contre la trop grande force des objets du goût, que pour qu'ils s'arrêtent plus long tems, & agiſſent plus efficacement ſur les houppes nerveuſes. La ſeconde membrane eſt la reticulaire, ou cribleuſe de Malpighi, qui eſt ici

plus sensible que par-tout ailleurs, & qui laisse passer les houppes nerveuses.

XI. La troisiéme, qui touche immediatement le corps de la langue, est nerveuse, & composée d'une infinité de petites houppes. Elle est aussi parsemée de plusieurs glandes, plus grandes, & plus abondantes à la racine de la langue, qu'à sa pointe, dont les petites ouvertures, appellées cellules, laissent sortir de la lymphe.

XII. Les houppes nerveuses, qui sont le siege du sens du goût, ne sont autre chose que les extrêmités des nerfs, & des tendons, qui se redressent lorsqu'on est à jeun, ou qu'on a faim, & disparoissent souvent après la mort. On les distingue principalement à la pointe, & vers les côtés. Elles ont trois figures, & grandeurs differentes. Les unes ont une tête; & il s'en trouve beaucoup dans l'homme qui ressemblent aux cornes des limaçons. Les autres sont coniques, d'un tissu mollet dans l'homme, & dont l'assemblage ne ressemble pas mal à un peigne à carder. Celles de la base de la langue, qui sont plus grandes, ressemblent à des dents de sanglier, & pourroient en porter le nom.

XIII. Les nerfs qui se distribuent à l'organe du goût viennent de la cinquiéme, & de la neuviéme paires. On croit communement que ceux-ci servent au mouvement de la langue, & les autres à former les houppes nerveuses en qui résíde l'organe du goût.

XIV. L'objet du goût est le sel, & ses differentes especes, ou mêlanges avec des parties insipides, huileuses, sulphureuses, terrestres, & aqueuses. C'est pourquoi les corps destitués de sels n'ont aucun goût.

XV. Lors donc que la salive, & la chaleur de la bouche, ont détaché des corps les parties salines, & que les mouvemens de la bouche les font entrer dans les guaines, & les appliquent aux houppes nerveuses, il se forme dans l'ame differentes idées de saveur, suivant la difference des mouvemens que les sels leur ont communiqués.

XVI. Le goût est cependant different dans differens hommes.

Scholie.

Cette difference vient de celle de la salive, qui est le dissolvant du principe salin, d'où dépend le goût. D'ailleurs, les houppes nerveuses sont plus ou moins

séches, ou humides; ou abreuvées d'une liqueur louable, ou contre nature. L'épiderme de la langue est aussi attaqué d'obstructions, plus ou moins grandes, quelquefois entierement écorché. Ce qui fait que dans l'état de maladie tout paroît quelquefois salé, amer, ou entierement putride.

XVII. L'organe du toucher est la peau dont tout le corps est couvert, ou, pour mieux dire, les houppes nerveuses composées d'une pulpe, qui vient des nerfs, qui rampent sous la peau, & dont les extrêmités quittent leur enveloppe exterieure. Elles sont toujours humectées d'une lymphe tenue, & très-aisées à appercevoir dans les parties qui servent sur-tout au toucher, comme le bout des doigts, la paume de la main, & la plante du pied.

XVIII. Ces houppes sont doüées d'un sentiment très délicat, & placées de sorte qu'elles passent dans un ordre déterminé au travers du corps reticulaire de Malpighi, & qu'elles sont cachées dans les fossettes de l'épiderme, de maniere à être deffenduës contre la rudesse du contact des corps exterieurs, sans rien diminuer de la facilité qu'elles ont à en recevoir les impressions.

SCHOLIE.

La preuve que l'uſage de l'épiderme eſt de régler la vivacité du toucher, eſt que l'épiderme étant enlevé par la brûlure, ou les veſicatoires, l'objet du toucher cauſe de la douleur; & reciproquement, ſi l'épiderme devient dur, ou calleux, de ſorte que l'impreſſion de l'objet exterieur ne puiſſe ſe communiquer aux houppes, le toucher s'anéantir.

XIX. Les houppes nerveuſes ont une direction perpendiculaire ſur la ſurface du corps; mais aux extrêmités des doigts des mains, & des pieds, elles ſont placées longitudinalement, & augmentant en nombre à meſure qu'elles ſont plus proches des extrêmités, elles ſe ſéchent dans l'épiderme qui les renferme comme dans un fourreau, & forment les ongles, dont l'uſage eſt de garantir l'extrêmité des doigts contre la dureté des corps exterieurs, & de conſerver la molleſſe de ces extrêmités.

XX. Le toucher conſiſte donc dans l'application des houppes nerveuſes à l'objet de ce ſens, ce qui leur arrive en ſe redreſſant, & l'ébranlement qu'en reçoit leur ſurface, qui, tranſmis juſ-

qu'au cerveau par le fluide nerveux; excite dans l'ame l'idée de chaleur, de froid, de mollesse, de dureté, de sécheresse, d'humidité, de figure, de grandeur, d'éloignement, &c.

XXI. On doit aussi à bon droit rap- rapporter aux sensations la douleur, qui n'est qu'un sentiment incommode causé par le contact violent, & contre nature des objets exterieurs.

SCHOLIE.

Le sujet de la douleur sont toutes les membranes tissuës de fibres charnues, & nerveuses; & par conséquent, outre la peau, & les membranes sensibles dont nous avons parlé, les parties internes composées de membranes musculeuses, & nerveuses. Le long canal qui commence à l'ésophage, &, après avoir formé le ventricule, & les intestins, se termine à l'anus, canal que nous avons dit servir à la digestion, & la dissolution des alimens, & à la séparation du chyle, est le siége de differentes douleurs extrêmement aiguës. On peut encore ranger dans la même classe les bronches des poumons, composés de membranes très-fibreuses, & nerveuses, les ureteres, la vessie, & l'ure-

ſtre, les pores biliaires, la plevre, & la peritoine, & la membrane qui couvre les os, appellée perioſte, leſquelles parties dans l'état de maladie ſont ſouvent affligées de douleurs très-vives, & très-ſenſibles.

XXII. La douleur, ou la ſenſation incommode, eſt differente ſuivant la difference du mouvement que les objets exterieurs impriment aux parties nerveuſes.

SCHOLIE.

Toute ſenſation incommode ſuppoſe donc un mouvement contre nature, c'eſt-à-dire, qui s'éloigne de l'égalité, & de la moderation, qui caracteriſent le naturel, lequel n'eſt jamais accompagné de douleur; un mouvement violent, qui conſiſte dans une contraction, une criſpation trop forte, ou une extenſion, ou une compreſſion, trop conſiderables, ou bien, pour parler comme les Anciens, un commencement de ſolution de continuité. Les Médecins obſervent des differences, & des dégrès dans ce mouvement, ſuivant les differences des corps, à raiſon de leur qualité, de leur maſſe, & de leur mouvement; de-là viennent les differentes

dénominations qu'on a données à ce sentiment, comme gravatif, comprimant, élançant, poignant, aigu, resserrant, pulsatif, &c. Si l'on veut donc donner à ces douleurs un soulagement convenable, il faut commencer par éloigner, par des remedes appropriés, la cause des mouvemens contre nature, qui agitent les parties doüées de sentiment, en diminuant, ou empêchant totalement l'influx du fluide nerveux, qui donne le mouvement aux parties, & transmet au cerveau celui qu'elles ont reçû. C'est l'effet des volatils, tels que les remedes tirés du pavot, qui en prennent le nom de calmans. Mais ce n'est point ici le lieu de s'étendre sur ce sujet. Nous en parlerons plus au long dans la Pathologie, & la Therapeutique.

CHAPITRE VI.

Du sommeil, & de la veille.

I. PErsonne ne peut vivre long-tems, ou se bien porter sans sommeil, & repos. Il est donc indispensable au Médecin de rechercher sa nature, & ses causes.

II. Le ſommeil eſt l'interruption des operations de l'ame pendant un tems, cauſée par la langueur de la ſecretion, & de l'influx du fluide nerveux, dans les organes des ſens.

SCHOLIE.

De ce que les perſonnes endormies ne voïent pas, n'entendent pas, & ſentent difficilement quand on les touche, il s'enſuit que l'ame ceſſe d'operer pendant le ſommeil, ſur-tout dans les organes des ſens exterieurs; quoiqu'elle ne diſcontinue pas, comme le prouvent les ſonges, de développer les idées, qui ne ſont que les traces empreintes dans le cerveau par les objets exterieurs; & de s'en occuper.

III. L'influx du fluide nerveux étant plus languiſſant dans les nerfs, & les organes des ſenſations, ils deviennent flaſques, ſe relâchent, & ne peuvent tranſmettre vivement au cerveau les actions, & les mouvemens des objets exterieurs.

IV. Donc plus l'influx du fluide nerveux eſt languiſſant, plus le ſommeil eſt profond, & le reveil difficile.

V. L'influx du fluide nerveux ceſſe, & diminue dans la ſubſtance medullai-

laire du cerveau, & les organes des ſens, parce qu'ils ont moins de tenſion, & qu'ils ſont en quelque maniere relâchés, & comprimés par la lymphe trop épaiſſe qui s'y arrête.

VI. La vigueur, & la tenſion des vaiſſeaux du cerveau, ſe détruit, ou diminue en partie, parce que les longues veilles les affoibliſſent; en partie parce que pendant la nuit le mouvement du ſang devient plus lent, & plus languiſſant dans tout le corps, & par conſéquent dans le cerveau; ce qui fait que la ſeroſité, & la lymphe tenue, qui ont le même mouvement progreſſif que le ſang, s'y arrêtent, s'y ſéparent en grande quantité, & rempliſſant les pores, & la ſubſtance medullaire du cerveau, empêchent le fluide le plus délié d'entrer dans les nerfs, & leur principe. Ainſi ce qui fait languir la circulation dans le cerveau, contribue beaucoup à la production du ſommeil.

SCHOLIE.

On déduit de-là facilement la raiſon pourquoi, ce qui envoïe au cerveau des vapeurs qui en étendent les tendres arteres, comme ſont les remedes tirés

du pavot, les enyvrans, la fumée du charbon, du ſouffre, toutes les odeurs deſagreables, & gracieuſes, contribuent beaucoup à procurer le ſommeil; pourquoi l'air humide, & moderement chaud, l'air pluvieux, celui de la nuit, l'abſence du ſoleil ſur l'atmoſphere, les alimens qui abondent en ſucs doux, & huileux, la fumée du tabac, les humectans déliés, pris vers la nuit, font le même effet. On voit également pourquoi trop de travail corporel, & la fatigue, diſpoſent au ſommeil; puiſque la force du movement fait perdre la vigueur aux fibres de tout le corps, & au cerveau celle qu'il a naturellement pour lui donner du mouvement.

VII. On peut donner pluſieurs preuves que la circulation du ſang eſt plus languiſſante pendant le ſommeil, dans la tête, & dans tout le corps, & que les fibres du corps ſe relâchent. Car le pouls, & la reſpiration, ſont beaucoup plus languiſſans, & plus foibles, que dans la veille; l'habitude du corps, & ſes vaiſſeaux, ſe gonflent, & ſe rempliſſent de ſang; les vaiſſeaux de la peau ſe relâchent; ce qui cauſe une moiteur, ou même une ſueur; & ſi l'on éveille bruſquement une perſonne enſevelie

dans un ſommeil profond, elle ſent un engourdiſſement, & une peſanteur de tête, & ſes ſens ne reprennent leurs fonctions que peu à peu.

SCHOLIE.

Les fibres ſe relâchant, & devenant plus flaſques pendant le ſommeil, la tranſpiration, & la ſecretion de l'urine, ſe font mieux la nuit que le jour. Dans la foibleſſe qui accompagne, ou ſuit les maladies, & cauſe un relâchement des fibres de la peau, la ſueur coule abondamment ; & d'elle-même la nuit, & s'arrête ordinairement au reveil du malade.

VIII. Le ſommeil eſt utile, & neceſſaire au corps, afin que ſes fibres, & celles du cerveau, qui ont paſſé le tems de la veille dans une agitation continuelle, recouvrent pendant le repos, la tenſion, la force, & la nourriture, qu'elles avoient auparavant ; & pour que les parties ſpiritueuſes du ſang que la veille, & le travail de la journée a fait évaporer, & a conſumées, ſe ramaſſent, & ſe reparent. Ainſi rien ne repare mieux les forces qu'un ſommeil tranquille.

IX. La veille eſt oppoſée au ſommeil ; elle a donc neceſſairement des cauſes oppoſées.

X. Dans cet état, le cerveau, les nerfs, & les organes des ſentimens, ſont remplis d'un fluide très-délié, qui y aborde avec liberté, & en quantité ſuffiſante; ce qui donne aux fibres, & aux membranes la tenſion, & la roideur requiſes, pour recevoir promptement l'impreſſion des objets exterieurs, & la faire appercevoir à l'ame.

XI. Ce qui hâte donc la circulation du ſang dans le cerveau, & les vaiſſeaux de la tête, & conſerve aux fibres leur mouvement, & leur action, cauſe une veille continue.

Scholie.

Il eſt donc aiſé de voir pourquoi l'inquietude, & l'action continuelle de l'ame dans les paſſions qui l'agitent, les meditations profondes, la contention d'eſprit, la ſécchereſſe, & la chaleur de l'air, les boiſſons échauffantes, comme le thé, le caffé, les medicamens acres, les volatiles, la chaleur, & l'ardeur du corps dans les fievres, la difficulté de digerer, les nourritures ſalées, & acres, écartent le ſommeil, & cauſent la veille. Car toutes ces cauſes tiennent les fibres dans une agitation continuelle, diviſent la ſeroſité qui doit fournir les eſ-

prits, & font couler le sang avec plus de vîtesse, & même avec impetuosité dans le cerveau.

XII. Les veilles trop longues sont nuisibles, parce qu'elles desséchent trop les fibres du corps, qu'elles leur ôtent la nourriture, & détruisent ses forces.

SCHOLIE.

On en peut conclure combien est un dangereux symptome dans les fievres, & les autres maladies, une veille opiniâtre. Il faut cependant se garder de la combattre par les anodins; parce que, cet état aïant trop affoibli les fibres du cerveau, & des parties, il y a lieu de craindre que ces medicamens ne causent une stagnation, ou une stase mortelle des liqueurs; ce qui arrive très-aisement, & qu'on doit craindre dans les maladies aigues, plûtôt que dans toutes les autres.



CHAPITRE VII.

De l'ame, & de son commerce avec le corps.

I. IL ne faut point s'arrêter à considerer dans l'homme les mouvemens reglés de ses parties organiques ; il faut passer jusqu'à la faculté sensitive, en qui reside aussi l'appetit ; & même jusqu'à la substance qui nous fait concevoir, penser, & agir librement, en un mot, jusqu'à l'ame.

Scholie.

Nous avons déja remarqué dans le chapitre III. que l'homme est composé de trois principes distingués entre eux à raison de leur nature, & de leur proprietés, quoiqu'ils soient joints, & unis pour faire le même tout. Les saintes Ecritures distinguent même dans l'homme ces trois substances differentes, sous les noms de corps, d'ame, & d'esprit.

II. Il faut se garder de confondre ces trois agens, distingués dans l'homme, à raison de leur nature, de leurs pro-

prietés, & de leurs forces ; & il faut les examiner séparement.

SCHOLIE.

C'est un des premiers principes en Philosophie, & un principe fondamental, de ne point confondre les choses distinguées entre elles; parce que la confusion est une source feconde d'erreurs, & que les erreurs ne sont en grande partie que des confusions d'idées distinctes. Ce n'est donc point sans raison, & sans sagesse, que les modernes, & même les anciens, tout dépouvûs qu'ils étoient de la connoissance exacte du corps, & de ses mouvemens, ont distingué l'ame, de la nature. En effet, ils ont appellé nature le principe des mouvemens vitaux, des secretions, des excretions, des maladies, de la mort, de la guérison ; & ils ont donné en partage à l'ame la faculté de sentir, de se porter vers les objets, & de présider aux mouvemens sponétans.

III. Puisqu'on ne peut déduire de l'extension, de la figure, de la situation, de la connexion, du mouvement, de l'action, & de la reaction, la perception ; l'imagination, le jugement, la memoire, la docilité, le desir, l'aversion ;

l'aversion ; il faut, outre la structure méchanique des parties, & les mouvemens qui en résultent, reconnoître dans l'homme un agent dont les proprietés soient differentes de celles que nous connoissons dans les corps.

SCHOLIE.

Il n'appartient point à l'intelligence humaine de s'élever jusqu'à la connoissance du principe, qui est la cause, & la source de la force qui fait concevoir, souhaiter, & déterminer certains mouvemens. Tout ce que nous apprenons en reflechissant sur ces operations, c'est qu'on ne les peut rapporter à la nature des corps que nous connoissons. C'est une question qui appartient plûtôt à la haute Méthaphysique, qu'à la Médecine, d'examiner s'il n'y a pas, outre le corps, & l'esprit, une autre substance qui soit un élement très-pur, très-simple, & homogene, propre à recevoir les impressions, & à les produire suivant les regles des reactions.

IV. Puisqu'on ne peut déduire de l'essence du corps, ni de l'ame sensitive, la faculté qu'a l'homme de connoître sa propre existence, & celle des autres corps ; de connoître la verité, & l'er-

reur ; de raisonner, & d'agir librement ; il s'ensuit qu'il faut y reconnoître un autre principe d'operations, une substance beaucoup plus noble que les Anciens ont nommée esprit, & que l'Ecriture nous apprend être créée à l'image de Dieu.

V. Quoique ces trois principes soient distincts dans l'homme, ils sont tellement liés, & concourent tellement, qu'ils ont reciproquement besoin de leur secours ; que l'un agit sur l'autre, & souffre des dérangemens de l'autre.

SCHOLIE.

Tel est l'ordre établi dans tout l'Univers par son très-sage Auteur, que chaque corps agit contre un autre, & que de cette action, & reaction mutuelle, résulte le mouvement ; & que tout est tellement lié, qu'un changement est necessairement suivi d'un autre.

VI. L'esprit se sert du ministere de l'ame sensitive, & reçoit d'elle les sentimens des corps, les impressions, & les idées, qu'elle met dans l'ordre convenable. Aussi voit-on que la lesion considerable des parties solides, & fluides, lesion qui constitue l'essence

des maladies, eſt ſuivie de celle des facultés ſenſitive, & raiſonnable ; & que la deſtruction de la machine, entraine celle de l'exercice de ces deux facultés, comme la mort le fait voir.

SCHOLIE.

On remarque que l'abondance des impreſſions differentes, & leur force, dérange quelquefois la faculté qui raiſonne ; c'eſt ce que prouvent la folie, le délire, l'ivreſſe. Plus la nature, & le mouvement du fluide du cerveau ſont temperés, plus les operations de l'ame ſe font avec dignité. Les mauvaiſes impreſſions, & les mauvais penchans, ſe corrigent, & s'appaiſent par la raiſon. Enfin la volonté de l'ame fait mouvoir les parties, par l'entremiſe du fluide des nerfs, & du ſang ; ſuppoſant toutefois l'organe bien diſpoſé.

VII. L'ame ſenſitive ſe ſert du miniſtere du liquide du cerveau, & des nerfs ; puiſqu'il reçoit les impreſſions des objets, & que c'eſt par ſon entremiſe que l'ame ſenſitive exerce ſon empire ſur le corps.

SCHOLIE.

Ceux qui, ſans raiſon, nient l'exiſ-

tence du fluide nerveux, que les Anciens ont appellé esprits animaux, veulent que l'ame agisse directement sur les nerfs, & sur les parties solides, & leur donne le mouvement. Mais après avoir suffisamment établi plus haut l'existence de ce fluide, nous ajouterons simplement, que l'ame agit beaucoup plus aisement, & plus promptement sur lui, qui est très-susceptible de mouvement, que sur les parties solides, qui le sont beaucoup moins; sur-tout quand nous avons l'experience que l'ame devient impuissante pour donner du mouvement à un muscle, bien que sain & entier, lorsque le cerveau, ou le nerf de quelque partie est blessé.

VIII. L'origine, & la matiere du fluide du cerveau, & des nerfs, est le sang arteriel qui circule dans la tête. Il en faut donc conclure que le sang a beaucoup de force pour alterer, & changer les actions de l'ame sensitive.

SCHOLIE.

Les animaux qui ont plus de sang, & qui l'ont plus chaud, comme ceux qui vivent de chair, sont plus dociles, & plus feroces que les autres. Les sanguins

ont plus d'eſprit, & de memoire, que ceux qui ont peu de bon ſang.

IX. La differente force de l'imagination, de la memoire, de l'eſprit, des penchans, dépend principalement de la temperature, & du mouvement du ſang.

SCHOLIE.

Auſſi les mœurs, & les inclinations ſuivent-elles le temperament, comme l'experience en fait foi, & comme Galien l'a remarqué il a long-tems. Car on obſerve que ceux qui ont les fibres tendres, tendues, ſerrées, & mobiles, & le mouvement du ſang prompt, ſont témeraires dans leurs actions, ambitieux dans leur conduite, ſujets aux paſſions vehementes de l'ame. Au lieu que ceux où le ſang a de la difficulté à circuler, à cauſe de l'épaiſſeur des fibres, du peu de diſpoſition qu'elles ont au mouvement, & de la petiteſſe des vaiſſeaux, ont l'imagination plus lourde, & plus fixe, de l'opiniâtreté dans la conduite, de la peſanteur, & de la timidité dans les actions, & ſont dominés par l'avarice. Mais s'il arrive qu'un ſang parcoure librement, & tranquillement tous les vaiſſeaux du corps, l'eſprit eſt

vif, la memoire heureuſe, & l'on a un penchant naturel à la volupté, comme aux vices, & aux vertus. Et comme les changemens de l'âge ſont inſéparables de quelques changemens dans les parties ſolides, qui ſont les inſtrumens des mouvemens, & compoſent les vaiſſeaux que les liqueurs doivent parcourir, ils influent auſſi ſur les mœurs, l'eſprit, les inclinations, les impreſſions ; de ſorte que les inclinations, & les défauts ne ſont pas les mêmes dans l'enfance, la jeuneſſe, & la vielleſſe ; comme je l'ai montré plus au long dans ma *Diſſertation ſur les temperamens, où je prouve qu'ils ſont le fondement des inclinations, & des maladies* (*a*).

X. Puiſque le mouvement du ſang a tant de puiſſance au moïen du fluide nerveux, ſur les operations de l'ame ſenſitive, il s'enſuit que ce qui peut changer le caractere, & le mouvement du ſang, a beaucoup de puiſſance ſur l'ame.

SCHOLIE.

Il ne faut donc pas s'étonner que le climat, le genre de vie, la Médecine,

(a) *Diſſertatio de temperamento fundamento morum, & morborum.*

aient la faculté de changer l'eſprit, les mœurs, les inclinations. C'eſt donc avec raiſon qu'Hippocrate a dit (*a*), que le regime peut rendre l'ame meilleure, & plus ſage; & dans un autre endroit du même livre, *Si le corps eſt ſain, & que les maladies ne le dérangent pas, l'ame en eſt plus ſage* (*b*). Il dit ailleurs, que la temperature du ſang contribue beaucoup à la ſageſſe (*c*). L'experience nous apprend auſſi, qu'entre les peuples qui habitent differens climats, les uns ont l'eſprit plus pénétrant, d'autres plus obtus, que quelques-uns ont plus de conception, & de jugement, & ſont auſſi ſujets à differens vices. L'uſage du bon vin rend les hommes plus ingenieux, & plus alertes; une experience indubitable prouve également, que l'uſage des alimens venteux, comme les pois, & les féves, & les mixtes d'odeurs deſagréables, comme l'opium, la graine de juſquiame, de datura, rendent ſtupide, & inſenſé. Aucun Médecin inſtruit n'ignore qu'u-

(a) Lib. 1. de Diæt. §. 30.

(b) *Si ſanum fuerit corpus, & non à morbis perturbetur, animæ quoque temperamentum ſapiens exiſtit.* Hipp. *ibid.*

(*c*) Hipp. *L. de flatib.* §. 20.

ne fievre continue, & ardente; cause le délire, & une affection venteuse, la mélancholie, & la folie des hypochondriaques.

XI. L'ame, au moïen du fluide nerveux, a un pouvoir très étendu, quoique limité, sur le corps, & les fluides, & solides qui le composent, ausquels elle peut causer differens mouvemens, & differentes commotions.

Scholie.

L'ame étend principalement sa puissance sur les muscles destinés au mouvement des membres. Car non-seulement elle les meut suivant sa volonté, mais ses impressions vehementes peuvent causer des mouvemens convulsifs très-violens, & des agitations involontaires des parties; ce que prouvent évidemment ceux qui ont, ou s'imaginent avoir des inspirations.

XII. L'ame sensitive ne peut à son gré, & directement augmenter, ou diminuer les fonctions vitales, & naturelles, quoiqu'on ne puisse nier qu'elle ne soit capable d'y jetter un trouble considerable.

XXIII. Les passions de l'ame, qui sont des actions, des mouvemens, & des

des operations du principe qui ſent en nous, & ſe porte vers les objets, dérangent differemment, & violemment la circulation du ſang, & les fonctions qui en dépendent.

Scholie.

Les violens accès de colere donnent ſur le champ de la vîteſſe au mouvement du cœur, & des arteres; font circuler le ſang avec impetuoſité dans les vaiſſeaux; hâtent la reſpiration; cauſent la ſoif, & la veille. Une triſteſſe opiniâtre diminue conſiderablement la force des ſolides, rend les fibres flaſques, & lâches, détruit leur tenſion, & leur vigueur; ce qui eſt ſuivi de la perte de l'appetit, de nauſées, de diarrhées, de cours de ventre. La fraïeur contracte les parties exterieures, les refroidit, les fait trembler, retire le ſang avec impetuoſité vers le cœur, & les poumons, cauſe des inquietudes, des tremblemens, des palpitations. C'eſt donc avec grande raiſon que les paſſions violentes de l'ame tiennent le premier rang entre les cauſes qui produiſent les maladies, & détruiſent la ſanté.

XIV. L'imagination a auſſi dans un dégré éminent la force de troubler les actions naturelles.

SCHOLIE.

Les taches, les difformités, les marques que les fetus portent ſur le corps, à l'occaſion des impreſſions fortes, & ſubites, & accompagnées d'une eſpece de terreur, faites ſur l'imagination des femmes groſſes, prouvent aſſez de quoi ces impreſſions ſont capables. On ne peut douter du danger qui accompagne tous les deſirs vehemens, ſi l'on fait attention au dérangement que cauſent à la ſanté le fol amour, la dépravation de l'appetit dans les femmes groſſes, & le violent deſir de revoir ſon païs, & ſa famille. Une experience habituelle fait connoître les cruelles revolutions, que cauſe dans le corps, l'antipathie pour certaines choſes, comme les chats, le fromage, la ſaignée, ou toutes autres choſes. Les meditations profondes, ou la contention d'eſprit quand on étudie, détruit la force de tout le corps, & de l'eſtomac; on remarque même qu'elles cauſent un reſſerrement, ou un relâchement des mem-

branes du cerveau, qui cauſe des grieves maladies de la tête. Une infinité d'obſervations medicinales font foi que le ſeul aſpect des épileptiques, ou de malades attaqués de la petite verole, a fait tomber beaucoup des ſpectateurs dans les mêmes accidens. Il n'y a point de doute que pluſieurs perſonnes n'aïent été attaquées de peſte, dans un tems où elle ne regnoit point, par la ſeule impreſſion que l'idée de cette maladie a faite ſur elle. L'experience fait voir quelquefois que l'imagination purge, fait ſuer, vomir, ſaliver, certaines perſonnes. C'eſt ſur-tout dans les corps ſenſibles, foibles de temperament, ou affoiblis par la maladie, ou quelque autre cauſe, que ces revolutions ſe paſſent, & que le pouvoir de l'ame ſur le corps paroît avec plus d'éclat.

XV. L'ame donc trouble, & dérange d'autant moins les mouvemens du corps, & s'oppoſe d'autant moins à l'efficacité des alimens, & des medicamens, qu'elle eſt plus libre de deſirs, & d'impreſſions, & que ſon aſſiette eſt plus paiſible, & plus tranquille. Auſſi les Philoſophes de tous les ſiecles ont-ils regardé la

tranquillité de l'ame, comme un des plus sûrs moïens de prolonger sa vie, & de conserver sa santé.

XVI. Il ne faut pas cependant conclurre de la grande puissance de l'ame sur le corps, qu'elle est cause de tous les mouvemens qui s'y font, même des maladifs.

SCHOLIE.

Pour adopter ce sentiment, & soûtenir cette doctrine, il faut ignorer la veritable cause, & la vraie nature du mouvement, aussi-bien que l'essence des corps, & leur façon d'agir. Elle ne consiste pas, cette essence, comme les Anciens l'ont prétendu, dans une extension purement passive, qui tient immediatement de Dieu, ou de quelque autre être, son action, & son mouvement. Les corps sont des substances actives, douées des forces agissantes, & reagissantes, par lesquelles les corps agissent, & reagissent les uns contre les autres, & dont l'operation n'est autre chose, qu'un effort pour produire un mouvement, qui résulte enfin de l'action, & de la reaction inégale, & reciproque de leurs forces. Or puisque cer-

tains fluides, comme l'air, & la matiere étherée, ont une prodigieuse activité pour produire le mouvement, sans avoir besoin du secours d'aucun agent étranger, pourquoi refuserons-nous aux fluides les plus subtils des animaux, une même puissance motrice ? c'est ce qui ne me paroît établi sur aucune raison ; sur-tout l'experience journelle nous apprennant que les poisons, les alimens, les medicamens, & même les changemens qui arrivent dans l'air, & sa chaleur peuvent produire des augmentations, des diminutions, & differens autres changemens dans l'action, & le mouvement des fluides, & des solides. Nous n'argumenterons pas du préjudice que le sentiment que nous attaquons cause à la Medecine. Il est cependant vrai, qu'ôter toute force active aux corps, c'est renverser d'un seul coup toutes les causes, & raisons physiques, mechaniques, & anatomiques, d'où dépendent cependant la certitude, & les démonstrations dont la Médecine est susceptible. Et, pour éviter les répetitions, nous renvoïons, tant à la Préface de cet ouvrage, qu'à tous nos autres écrits, ceux qui voudront voir ce

ſentiment métaphyſique ſur les objets de la Médecine, & de la Phyſique, renverſé par des preuves au-deſſus de la replique.

XVII. Donc quoique l'ame dans l'homme, ſoit la raiſonnable, ou la ſenſitive, ait une certaine puiſſance, & un empire ſur les parties de notre corps, la Medecine n'en eſt pas moins mechanique, tant dans ſes démonſtrations, que ſes corollaires theoriques, & pratiques; ou, pour me ſervir d'autres termes, ſes raiſonnemens, & ſes démonſtrations n'en ſont pas moins appuïées ſur des principes purement méchaniques, c'eſt-à-dire, ſur le mouvement, & la matiere.

SCHOLIE.

En effet, ni les indications qui conduiſent dans l'application des remedes, ſoit qu'il s'agiſſe de préſerver, ou de guerir; ni la force, ou la puiſſance des alimens, ou des medicamens, dont le Medecin ſe ſert pour parvenir à l'un, ou à l'autre but, n'ont aucun rapport avec l'ame raiſonnable, ou ſenſitive; parce qu'elles n'ont aucune puiſſance abſolue, ou directe, ſur ces agens. La fonction

des Médecins eſt au contraire purement mechanique ; & ne conſiſte qu'à ſçavoir, 1°. comment le mouvement arrange la matiere, & quelles modifications differentes reçoit le mouvement à l'occaſion de la differente nature de la matiere. 2°. Appaiſer les mouvemens trop violens ; ranimer ceux qui languiſſent, donner de la force aux fibres motrices tombées en langueur ; déterminer le mouvement des fluides vers les excretoires convenables ; corriger les qualités nuiſibles des liqueurs, & les diſpoſer à ſortir par les excretoires ; toutes operations purement méchaniques ; puiſque toutes les forces du corps, & même ſes operations, ſe reglent par le nombre, la meſure, le poids, ou par le dégré de leur mouvement, & ſont par conſéquent purement méchaniques. Auſſi le Medecin qui veut travailler avec ſolidité, habileté, & ſuccès, doit-il apporter tous ſes ſoins, & faire uſage de tout ſon jugement, pour connoître le méchaniſme de chaque temperament, ou individu, & la maniere de le conſerver, ou de le rétablir ; & le ſeul moïen qui étende ſa puiſſance juſqu'à l'ame raiſonnable, ou ſenſitive,

quand il en veut calmer les mouvemens déreglés , eſt-il de faire un uſage convenable d'alimens, ou de medicamens, capables de faire rentrer les mouvemens dans l'ordre naturel, & de corriger les qualités, ou forces nuiſibles de la matiere, qui ont cauſé le dérangement de l'économie animale.

Fin du Livre premier.





LA PHILOSOPHIE DU CORPS HUMAIN,

Conſideré comme vivant, & ſain.

LIVRE II.

OU

L'art de conſerver la vie, & la ſanté, & d'écarter la mort, & les maladies, par un regime ſalutaire.

PROLEGOMENES.

De la ſcience de conſerver la ſanté, & la vie.

I. A ſcience des choſes qui contribuent à entretenir long-tems les mouvemens vitaux de la machine animale, ou, pour parler autrement, de faire joüir l'homme d'une longue vie,

accompagnée des agrémens de la ſanté, s'appelle en Grec *Hygienne* (a).

SCHOLIE.

Cette partie, la plus utile de la Médecine, ſuivant l'uſage uniforme des Ecoles, eſt regardée comme la quatriéme de cette ſcience; & l'on n'en traite ordinairement qu'après la Pathologie. Il me paroît cependant que l'ordre demande un autre arrangement. Car l'objet de la Phyſiologie étant l'explication des veritables cauſes de la vie, & de la ſanté, & celui de l'Hygienne étant les choſes qui les entretiennent, ou les détruiſent, ou, ce qui revient au même, l'Hygienne étant la ſcience des choſes qui conſervent long-tems la vie, & l'integrité des corps, ſcience dont le mépris, ou l'ignorance eſt la ſource de toutes les maladies, il eſt plus naturel de lui faire ſuivre immediatement la Phyſiologie, & de lui faire préceder la Pathologie, ou la connoiſſance des maladies, de leurs differences, de leurs cauſes, & de leurs effets.

II. Puiſque la ſanté eſt le plus precieux de tous les biens, & la baſe de

(a) Ὑγιεινή, d'où les Latins ont fait *Hygieine*, & les François *Hygienne*.

tout le bonheur de cette vie, la ſcience qui apprend à conſerver ce treſor, & la vie qui en eſt la ſuite, eſt la plus noble de toutes, & celle qui merite le plus l'attention de tous les hommes.

SCHOLIE.

Il n'y a rien de plus déplorable que le travers dans lequel donne la totalité morale des hommes. Au lieu de s'appliquer à connoître leur ſtructure interieure, & de faire leur ſoin principal de l'entretien de la ſanté de leur ame, & de leur corps, ils paſſent leur vie à voltiger de deſirs en deſirs, & la rempliſſent de travaux, & d'occupations, qui ne ſervent en aucune maniere à perfectionner leur ame, ni leur corps. Nous voïons même, à la honte de notre tems, les Médecins regarder le regime comme des attentions frivoles, & ceux mêmes qui écrivent ſur cette matiere, le faire de la maniere la plus indifferente.

III. Il n'eſt point toujours au pouvoir du Médecin de diminuer les maladies, & de guérir les malades; il dépend beaucoup plus de lui de détourner la maladie, & de conſerver la ſanté, & l'integrité du corps, par des conſeils ſalutaires.

SCHOLIE.

Les maladies inveterées, & qui ont jetté de profondes racines dans les viſceres, ſont preſque toujours retives aux remedes les plus efficaces, & les mieux adminiſtrés. Les aigues, qui font tant de ravages, cedent plûtôt aux efforts de la nature, qu'à l'art. Tout le pouvoir du Médecin ſe borne donc à détruire les premiers élemens des maladies; & ce n'eſt qu'en déracinant leurs ſémences mal affermies, qu'il peut conſerver long-tems la ſanté du corps, & le garantir des maladies, & d'une mort prématurée.

IV. La durée de la vie, & l'integrité de la ſanté, étant des biens d'un ſi grand prix, le Médecin ne peut avoir trop d'attention à ne rien faire, ou ordonner, ſans ſuivre les lumieres de l'experience, & de la raiſon; je dis la raiſon fondée ſur la démonſtration.

SCHOLIE.

Comme la Therapeutique, ou l'art de remedier aux maladies, a été plûtôt traité juſqu'à nos jours d'une maniere empirique, que ſçavante, c'eſt-à-dire, en conſéquence de principes certains,

& indubitables, nous voïons aussi l'Hygienne presque entierement dépourvûe de raisons solides, & de démonstrations, principalement par la raison qu'on n'a jamais bien conçu en quoi consiste la conservation des actions vitales du corps, & d'ailleurs, parce qu'on n'a pas encore développé d'une maniere convenable, & tiré suffisamment au clair, ce pour quoi une chose est salutaire, ou nuisible, par rapport à differens individus, & differens temperamens.

V. La science des choses salutaires, & nuisibles n'est pas aussi aisée à concevoir qu'on se l'imagine communement.

SCHOLIE.

Car il n'y a point de choses salutaires, ou nuisibles, absolument, & en elles-mêmes. Ces deux qualités sont relatives, & dépendent de la disposition des sujets. Si l'on veut donc donner des préceptes salutaires, il faut non-seulement connoître la disposition, ou la nature des individus, mais les rapports qui peuvent apporter des changemens aux qualités salutaires des mixtes qu'on emploïe.

VI. La veritable Hygienne suppose

donc la connoiſſance des vraies cauſes de la vie, & de la ſanté; & le Medecin, qui veut appliquer les principes de cette ſcience, doit connoître à fond, tant par experience, que par raiſons ſolides, & démonſtratives, la force, & les proprietés des mixtes qui peuvent conſerver la ſanté, ou la détruire.

CHAPITRE I.

De la nature de la ſanté, de ſes ſignes, & de ſes cauſes.

I. LA ſanté conſiſte dans la vigueur des fonctions du corps, & de l'ame, & dépend du mouvement égal, & libre, des ſolides, & des fluides, de la temperature du ſang, & des liqueurs, & des ſecretions, & excretions convenables.

SCHOLIE.

Cette définition de la ſanté eſt réelle: Car elle en contient non-ſeulement la raiſon formelle, qui conſiſte dans la vigueur des actions de l'ame, & du corps; mais elle renferme les vraies cauſes de cette vigueur.

II. Non-ſeulement le corps eſt le ſujet de la ſanté, mais l'ame qui l'habite. Car la ſanté du corps ne peut ſe détruire, qu'à cauſe de l'étroite union, & du commerce reſpectif qui eſt entre lui, & l'ame, elle ne ſoit troublée, ou empêchée dans ſes operations.

SCHOLIE.

Quoique l'ame raiſonnable, & l'ame ſenſitive, ne ſoient pas par elles-mêmes ſuſceptibles de maladie, il leur arrive cependant de ſe mal porter, ou d'être dérangées dans leurs operations, lorſque le corps eſt mal diſpoſé, & que le ſang eſt mal conſtitué. Car il y a une correſpondance merveilleuſe entre l'ame, & le mouvement du ſang, telle en un mot, que le deſordre de l'un ſe communique, ſur le champ, à l'autre, comme nous l'avons ſuffiſamment expliqué, & démontré dans la Phyſiologie. Democrite a donc eu raiſon de dire: *L'intelligence augmente dans l'état de ſanté. Ceux qui penſent ſenſément, ne doivent donc point la negliger. Lorſque le corps eſt malade, l'eſprit même n'a plus de facilité à pratiquer la vertu. Car la preſence de la maladie obſcurcit conſiderablement l'ame, & entraine l'intelligence dans*

les maladies analogues à celles qui attaquent le corps (a).

III. Comme les choſes externes, dont nous faiſons continuellement uſage, comme l'air, les alimens, & autres cauſes non naturelles, ont beaucoup d'empire ſur la temperature, & le mouvement des ſolides, & des fluides, nous remarquons que leurs qualités nuiſibles troublent l'ame raiſonnable, & la ſenſitive.

SCHOLIE.

Hippocrate l'a très-judicieuſement remarqué dans ſon Traité *du Regime*; ſi quelqu'un veut rendre ſon ame plus ſage, c'eſt par le régime qu'il y reuſſira. Auſſi rien n'eſt plus ordinaire que de voir dans les maladies aigues, où le ſang coule avec beaucoup de velocité dans tous les vaiſſeaux du corps, l'impatience, la précipitation, & même la folie; & dans les maladies chroniques,

(a) *Augeſcit intelligentia præſente ſanitate, cujus providentiam habere honeſtum eſt eos qui recte ſentiunt. At ubi corporis habitus ægrotat, neque mens ipſa alacritatem habet ad virtutis meditationem. Morbus enim præſens animum vehementer obſcurat, intelligentiam ad affectiones in conſenſum trahens. V.* Hipp. *in operibus epiſt. Democriti, quæ inſcribitur de* Natura humana.

ſur-tout,

ſur-tout dans l'hypochondriaque, la triſteſſe, la timidité, & de grandes inquietudes ſans ſujet.

IV. On a donc raiſon de regarder la vigueur de l'ame raiſonnable & de l'eſprit, comme une preuve de ſanté, puiſque c'eſt le mouvement reglé du ſang qui entretient cette vigneur; & de regarder le derangement, ou la deſtruction des fonctions de l'ame, comme une preuve du derangement de la ſanté du corps.

SCHOLIE.

La diminution, ou la deſtruction des forces de l'eſprit, & de l'ame, eſt donc une marque certaine que la force & la vigueur du corps ſont alterées, comme on le voit dans les veillards, les perſonnes languiſſantes, & affoiblies par la maladie. Et dans la maladie, on doit regarder comme une preuve ſûre du retour de la ſanté, le retour du courage, & de la liberté de l'eſprit.

V. On juge auſſi parfaitement bien de la ſanté du corps, par la vigueur de ſes fonctions, qu'on diſtingue en vitales, & naturelles.

SCHOLIE.

Les fonctions vitales, ou, qui entretiennent immediatement la vie, sont les mouvemens qu'on remarque dans le cœur & les arteres, dans les fibres, à raison de leur tension, dans le corps, eu égard à son agilité, dans la respiration, par rapport à sa liberté; & par leur disposition habituelle on juge de la vigueur des fonctions vitales. On connoît le bon état des fonctions naturelles à l'appetit, la digestion, la nutrition, & surtout aux excretions qui se font par le ventre, la vessie, & la peau.

VI. On doit donc regarder comme étant en santé, celui qui a le pouls grand, égal, & moderé, qui a le visage bien coloré, & une chaleur douce repandue par tout le corps, qui respire librement, n'a point de pesanteur dans le corps, qui est agile, & propre à soutenir le travail; qui a bon appetit, & mange bien, ne sent aucune douleur dans le bas ventre; qui jouit d'un sommeil doux & tranquille, & dont les excretions sont proportionnées à la quantité des alimens qu'il a pris.

SCHOLIE.

Le Medecin donc qui veut juger de

la disposition d'une personne, doit faire attention à toutes ces fonctions, &, suivant leur bon ou mauvais état, prononcer sur celui de la santé.

VII. Comme rien ne se fait sans cause dans tout l'univers, & que les effets sont toujours proportionnés à celles qui les ont produits, la vigueur des operations de l'ame & du corps a des causes complettes, qui meritent d'être recherchées par le Medecin.

VIII. De même que la continuité du mouvement progressif du sang & des liqueurs, mouvement, qui dépend de la contraction du cœur, & de la force des fibres, est la cause de la vie, de même la moderation, la liberté, l'égalité du mouvement progressif du sang, & des liqueurs, sont les causes prochaines de la santé.

Scholie.

Nous entendons par moderation dans la circulation du sang, un mouvement qui n'est ni trop lent, ni trop vîte, ni trop fort, ni trop foible. Cet état se connoît parfaitement au pouls. Nous appellons mouvement égal, celui qui se fait toujours dans le même degré de vîtesse; enfin la liberté de ce mouve-

ment, consiste dans la facilité qu'a le sang à couler dans toutes les parties, sans obstacles, & sans aller plus lentement ou plus promptement, ou sans être plus embarrassé dans une partie que dans une autre.

IX. La modération, la liberté, & l'égalité de la circulation du sang dans toutes les parties du corps, sont necessairement suivies du bon état de toutes ses fonctions. En conséquence les sensations sont vives, l'esprit est gai, l'ame conçoit aisement, & se trouve plus dégagée de passions, la chaleur est douce, la couleur vermeille, la respiration bonne, le corps est agile, l'estomac bien disposé, & les alimens ne font point de mal; le ventre est libre, l'urine de couleur de citron, & d'une consistence naturelle; la peau humectée par une transpiration louable, est souple & mollette, l'habitude du corps en bon état, l'usage des plaisirs de l'amour ne fatigue pas, le sommeil & la veille sont renfermés dans les bornes de la moderation. Les avantages considerables qu'apportent au corps humain le mouvement convenable du sang & des liqueurs, & la santé qui en est l'effet infaillible, sont des biens assez precieux pour en recher-

cher les vrayes causes, & l'ordre des matieres demande que nous ne remettions pas à une autre occasion la discussion de celles qui entretiennent la disposition du sang capable de produire de si grands biens.

X. Nous avons suffisamment démontré plus haut que les solides & les fluides ont un empire respectif les uns sur les autres, & que le mouvement des solides, c'est-à-dire, du cœur, des arteres, & des fibres de toute espece, consiste dans leur contraction & dilatation successives, ou alternatives. Il n'est donc pas difficile de voir que le mouvement reglé du sang, d'où dépend la santé, a pour cause la moderation & l'égalité du mouvement, & de la pulsation du cœur & des arteres, & une tension des fibres telle qu'elle ne péche ni par roideur, ni par relâchement.

XI. Les solides n'ont point de mouvement d'eux-mêmes. Ils le reçoivent d'une autre cause, c'est-à-dire du fluide très-delié, que renferment les nerfs, & de l'abord d'un sang arteriel très-divisé.

SCHOLIE.

Ce sont ces fluides extrêmement mo-

biles qui produisent le mouvement dans le cœur & les arteres, & la tension convenables des parties solides. Il est donc necessaire que le sang, & le fluide nerveux, qui en dérive, soient bien constitués; car c'est le moïen de voir s'accomplir dans la perfection, les mouvemens reglés qui entretiennent la santé, & la vie.

XII. La bonne constitution du sang, c'est-à-dire, celle qui entretient le mouvement tonique des solides, & le mouvement progressif des fluides, demande une quantité déterminée, & un mêlange convenable de leurs principes.

XIII. Cette quantité est celle qui ne péche ni par excès, ni par deffaut. Car si les vaisseaux sont gonflés de trop de liqueurs, ils succombent sous le poids; & n'ont pas la force de pousser comme il faut par tout le corps les liqueurs qui lui donnent la vie; & s'il y en a trop peu, le ressort des fibres languit; ce qui fait qu'elles ne peuvent pousser les liqueurs en suffisante quantité aux excretoires, & à la superficie de la peau.

XIV. La temperature du sang est louable, quand les principes dont il est composé, sont combinés entre-eux dans une juste proportion.

SCHOLIE.

Nous avons fait voir, & suffisamment établi dans la Physiologie, que le sang est composé de parties aqueuses, d'huileuses inflammables temperées, & d'une terre legere, mêlées en telle proportion, qu'il y a au moins trois parties d'eau contre une de solide, & deux parties de terre legere, contre une d'huile inflammable.

XV. Le sang bien conditionné, & du meilleur caractere, est donc celui qui ne renferme ni humide, ni solide surabondant, qui n'est ni trop épais, ni trop delié, qui n'a ni trop d'huile, ni trop de terre, & par conséquent qui n'est ni trop susceptible des mouvemens ausquels il est destiné, ni tout-à-fait incapable de les concevoir.

SCHOLIE.

Les Anciens qui ne connoissoient pas la structure intime du sang, en faisoient consister la bonne constitution, qu'ils sçavoient parfaitement être cause de la santé, dans le mêlange égal des quatre humeurs, & des quatre qualités. C'est ce qu'Hippocrate explique clairement

au *L. III. de la Nature humaine* §. 5 & 6. *L'homme*, dit-il, *est composé de sec, d'humide, de chaud, & de froid; c'est pourquoi il a du sang, de la pituite, & deux sortes de bile, l'une jaune, & l'autre noirâtre; & il jouit d'une santé parfaite lorsque le mêlange en est proportionné, tant par rapport à leur énergie, qu'à leur quantité, & lorsque ces principes sont parfaitement mêlangés; mais il devient malade, si l'une de ces liqueurs manque, surabonde, ou se sépare dans le corps, & n'est pas corrigée par son mêlange avec toutes les autres* (a).

On peut aussi voir son Livre *de l'ancienne Medecine*, §. 24. où il s'explique ainsi; *Il y a dans l'homme de l'amer, du salé, du doux, de l'acerbe, de l'insipide, & une infinité d'autres choses, qui suivant leur quantité, ou leur force, ont differentes proprietés. Mais ces choses sont mêlées & combinées*

(a) *Homo constat ex sicco, humido, calido, ac frigido, hincque sanguinem, & pituitam, & bilem duplicem, flavam & nigricantem habet, & sanus maxime est, ubi temperamentum inter se habuerint moderatum, tam facultate, quam copia, & ubi maxime fuerint permixta. Ægrotat autem, horum si quid minus, aut amplius fuerit, aut separetur in corpore, & non fuerit reliquis omnibus contemperatum.* Hipp. L. III. De *Nat. human.* §. 5. & 6.

nées de façon qu'on ne distingue aucune d'elles, & qu'elles ne portent aucun préjudice à l'homme. Mais si quelqu'une vient à se separer des autres, & à se faire appercevoir, l'homme devient malade (a).

XVI. Si le sang est bien mêlangé, & ses principes en proportion convenable, il coule avec moderation & liberté dans les vaisseaux de toute espece, & acheve sa circulation avec aisance; ce qui non seulement garantit le corps de toute corruption, mais procure une secretion convenable du fluide nerveux, du suc nourricier, de la semence, de la lymphe, de la salive, & la dépuration parfaite du sang & des autres liqueurs, par l'excretion de l'inutile & du superflu; & cause enfin le bon état de toutes les fonctions de l'ame & du corps, la tension & la force des parties, la gaieté, & la vigueur de l'esprit.

(a) *Inest in homine & amarum, & salsum, & dulce, & acidum, & acerbum, & insipidum, & alia sexcenta, quæ pro copia & viribus varias habent facultates. Atque hæc quidem mixta, & inter se invicem contemperata, neque conspicua sunt, neque hominem lædunt; ubi vero quidpiam horum secretum fuerit, tunc & conspicuum est, & hominem lædit.* Hipp. *De Prisc. Medic.* §. 24.

SCHOLIE.

Nous avons fait voir clairement, & solidement dans la Physiologie, que le mouvement progressif & circulaire d'un sang bien constitué, étant bien reglé, est la matiere, la cause, & la source de la vie, de la santé, & de toutes les fonctions qui se font dans le corps conformement à l'intention de la nature. Ce n'est donc point sans raison que les Anciens, & même la Sainte-Ecriture, ont mis la vie & l'ame dans le sang. Ainsi l'on doit regarder comme très-avantageux à la santé, & à la conservation des mouvemens vitaux, tout ce qui fait un sang bon, temperé, qui ne péche point en quantité, & tout ce qui entretient un mouvement reglé de cette liqueur.

XVII. Le sang le mieux conditionné à raison de sa quantité, de son mêlange, & de son mouvement, n'en est pas moins exposé à des changemens continuels que cause la chaleur de son mouvement intestin, qui le dissipe, & le change en excremens; il faut donc faire en sorte de substituer de nouvelle matiere propre à faire un bon sang, à la place de celle qui s'est perdue.

XVIII. C'eſt une obſervation certaine, & conſtante, que dans les perſonnes robuſtes, & parfaitement adultes, la quantité ou la meſure des excretions eſt celle des alimens, ou qu'elles perdent par les excretions autant que les alimens leur ont fourni, à faute de quoi leur ſanté ſe dérange.

SCHOLIE.

C'eſt ce qui n'eſt pas douteux; puiſqu'il eſt certain que, quoiqu'en ſept jours un homme ait pris cinquante livres d'alimens ſolides ou liquides, on ne le trouvera pas augmenté de poids, ſi on le met dans la balance. Il s'enſuit donc néceſſairement qu'il doit ſortir du corps un poids égal à celui des alimens qui ont été pris; & s'il en eſt autrement, il s'engendre infailliblement des cauſes, & des ſemences de maladies, qui mettent la ſanté en danger.

XIX. Les alimens ne ſont pas les ſeules choſes qui remplacent la déperdition du ſang, qui, comme nous l'avons dit, eſt la ſource de la vie, & de la force de toutes les parties. L'air y contribue beaucoup. Auſſi un homme privé de l'uſage des alimens, & de l'air,

perd-il promptement la force, & la vie. Donc ce qui entre dans le corps, & ce qui en ſort, eſt d'une égale neceſſité pour la conſervation de la vie.

XX. La vie & la ſanté ne pouvant ſubſiſter long-tems ſaines & entieres, ſans air, & ſans alimens, & tous deux étant ſujets à des variations infinies, & plus ou moins propres à la production d'un bon ſang, il s'enſuit qu'on doit uniquement chercher la cauſe d'une longue vie, & d'une ſanté conſtante, dans l'uſage convenable de l'air, & des alimens, c'eſt-à-dire, dans un uſage de ces choſes qui ſoit propre à produire un mouvement libre & moderé d'un ſang bien conditionné.

XXI. L'ame, en qualité de partie principale de l'homme, a auſſi beaucoup de puiſſance ſur le mouvement des parties ſolides du corps, du ſang, & des liqueurs, & ſur les ſecretions & excretions, auſquelles elle cauſe des alterations conſiderables, & par conſequent elle a beaucoup de force pour troubler l'économie des fonctions naturelles; on a donc raiſon de conclure que la diſpoſition habituelle de l'ame eſt une cauſe efficace de la vie, de la ſanté, des maladies, & de la mort.

XXII. L'homme ne peut vivre ſans exercice, & ſans travail, ſans repos, ſans ſommeil, & ſans veille; or ces choſes peuvent affecter differemment, & changer la temperature du ſang; il eſt donc conſtant qu'il faut encore chercher des cauſes de la ſanté, & de la vie, dans l'uſage convenable de ces choſes.

SCHOLIE.

On voit donc évidemment de quelle utilité eſt pour la conſervation de la vie, & de la ſanté, l'uſage convenable des choſes que Galien a appellées *non-naturelles*, & qui ſont la diſpoſition de l'ame, l'air, le boire & le manger, les excretions & les recremens, le mouvement & le repos, le ſommeil & la veille. Si l'on veut donc conſerver long-tems ſans attaque la vie, & la ſanté, il faut apporter une attention toute particuliere à ſe ſervir de ces choſes d'une façon propre à conſerver la bonne conſtitution du ſang, & ſon mouvement, & les emploïer, ſuivant la diſpoſition, & la ſtructure, de chaque individu, & des parties qui le compoſent.

CHAPITRE II.

De la disposition de l'ame, propre à conserver, ou à détruire les mouvemens vitaux.

I. L'Ame a beaucoup de puissance d'affecter, & d'alterer, immediatement, & directement, les mouvemens vitaux & naturels, suivant les differentes impressions qu'elle reçoit.

SCHOLIE.

L'ame étant une partie de l'homme intimement unie à son corps, & susceptible de differentes impressions, & de differens mouvemens, ayant d'ailleurs beaucoup de force pour troubler promptement le sang, & les mouvemens de l'homme le plus sain, il est évident qu'il faut examiner l'état de l'ame qui contribue le plus à la conservation des mouvemens vitaux.

II. Une experience constante nous apprend que toute violente passion de l'ame change le pouls, & la respiration, trouble la transpiration, & les excretions de toute espece, cause la perte de l'appetit, & ôte les forces à toutes les parties du corps.

III. Les obſervations Medicinales ſont remplies d'exemples qui prouvent qu'une violente peur, qui ſurprend tout à-coup un homme robuſte, & jouiſſant d'une ſanté parfaite, ſuffit pour lui faire perdre tellement toutes ſes forces, qu'il ne puiſſe remuer ni la main, ni le pied. Il arrive même ſouvent que les bruſques aſſauts de cette paſſion mettent ſa vie dans un danger preſſant, & même lui cauſent néceſſairement la mort.

IV. La peur cauſe un reſſerrement des extremités des parties, ſuivi d'un refroidiſſement, d'un tremblement, de la pâleur du viſage, de la ſuppreſſion de l'excretion des excremens groſſiers, & liquides, de la tranſpiration, & dans les femmes, de celle de leurs regles. En même tems le cœur eſt attaqué d'une palpitation extraordinaire, & les parties qui en ſont voiſines, ſaiſies d'inquietudes, & d'un reſſerrement qui va juſqu'à la ſuffocation.

V. Une foule d'experiences conſtantes atteſte que les accès violens de colere augmentent la velocité du pouls, & de la reſpiration, cauſent des inquietudes & des palpitations de cœur, un tremblement des extremités, & un dérangement de l'état de l'ame, tel que

l'homme qui en eſt attaqué ſemble quelquefois l'être d'un accès de fureur.

VI. La triſteſſe long-tems prolongée abbat les forces de tout le corps, affoiblit la tenſion & la vigueur de toutes les parties, detruit celle de l'eſtomac, & de viſceres. Ce qui fait que la triſteſſe opiniâtre eſt ſuivie de la trop grande abondance, ou de la ſuppreſſion des excretions.

VII. Tout ſouhait empreſſé, ou deſir violent, que les plaiſirs de l'amour, ou toute autre choſe ſoit ſon objet, fatigue extraordinairement le corps, affoiblit, ou détruit ſes forces, lorſqu'on ne peut le ſatisfaire.

VIII. Perſonne n'ignore combien les meditations profondes, ſur-tout ſur des ſciences abſtraites, minent les forces du corps, détruit celle du ventricule, & peut troubler le ſommeil.

IX. Il eſt donc certain que l'aſſiete tranquille d'une ame libre de deſirs, & d'averſions dereglées, entretient parfaitement le corps dans ſon état d'integrité, & contribue merveilleuſemenr à la conſervation de la vie. C'eſt pourquoi tous ceux qui ont à cœur la conſervation de leur ſanté, ne peuvent faire trop d'efforts pour parvenir à affranchir l'ame

de tout ce qui peut troubler ſa tranquillité.

X. Donc tout ce dont l'effet eſt d'aſſurer la paix de l'ame, & de l'élever à une eſpece d'apathie, eſt le moïen le plus avantageux pour entretenir les forces, & la barriere la plus ſûre contre les invaſions des maladies.

XI. D'où je concluds que la pratique des véritables vertus, comme ſont la patience dans l'adverſité & la pauvreté, la moderation de l'ame, le contentement dans ſon état, l'art de ſe renfermer dans ſoi-même, & de ne point s'épuiſer par des mouvemens inutils, & enfin la recherche de la verité, contribuent infiniment au prolongement de la ſanté, & de la vie, en répandant dans l'ame une ſuavité, une douce volupté, qui en aſſure la paix, & la tranquillité.

SCHOLIE.

Il s'enſuit de-là que la pratique d'une pieté ſincere, l'exercice des vertus, & l'étude de la verité, promettent une longue vie accompagnée des agrémens de la ſanté, à tous ceux qui s'y livrent. C'eſt ce qu'a très-bien remarqué Plutarque, auteur reſpectable; car il dit que

l'étude de la Philosophie a prolongé les jours à des personnes d'une santé foible, & inconstante. Les Medecins sortis de l'Ecole de Platon ont donc parfaitement bien raisonné, lorsque, se contentant d'un petit nombre de remedes aisés à preparer, & à trouver, ils ont fait principalement usage des preceptes moraux pour guerir les malades, & même ceux qui étoient attaqués des maladies les plus retives.

XII. Lorsque l'esprit est tranquile, rien ne trouble les mouvemens vitaux ; & toutes les excretions, necessaires à la conservation de la santé, se font à merveille, & suivant les loix de la nature. Aussi Sanctorius remarque-t'il (*a*) que rien ne facilite plus la liberté de la transpiration, que la tranquillité de l'ame.

XIII. C'est sur-tout dans le tems des repas, & du sommeil, qu'il importe beaucoup à la santé d'avoir l'esprit gai, & libre de passions. Car la digestion & le repos du corps souffrent beaucoup sous la domination de quelque passion que ce soit : & cependant la digestion, & le sommeil, sont des dons de la nature destinés à reparer la

(a) *Aph. 49. Sect. II.*

perte des ſucs & des forces, & à rendre la vigueur à l'eſprit, & au corps.

XIV. Puiſque toutes les commotions de l'ame ont tellement le pouvoir de déranger l'économie du corps, on ne peut apporter trop de ſoins, & d'attentions pour détourner leurs mauvais effets.

XV. Puiſque l'effet des grandes fraïeurs eſt de cauſer la convulſion des parties exterieures, d'en repouſſer le ſang & les liqueurs au-dedans, & d'arrêter toutes les évacuations, il n'y a rien de plus dangereux que de s'expoſer au froid pendant ce tems, ou de prendre de la boiſſon froide. Rien ne fait auſſi plus mal dans ce cas que les émetiques, les purgatifs, & les remedes tirés du pavot; parce qu'en arrêtant le mouvement des liqueurs qui doivent ſe porter à l'habitude du corps, & les rappellant au centre, ils affoibliſſent les forces de plus en plus, & augmentent la contraction ſpaſmodique des parties exterieures.

SCHOLIE.

Il n'y a rien de plus pernicieux que d'emploïer des émetiques, des purgatifs, ou d'autres remedes forts, lorſ-

que l'économie des mouvemens vitaux, & secretoires, est troublée par quelque forte commotion de l'ame. Nous avons des preuves qu'une semblable imprudence, ou temerité, a causé au genre nerveux un dommage irréparable. Il est bien plus sage en pareil cas de déterminer le sang vers l'habitude du corps, de ranimer son mouvement expansif; &, de rétablir les forces affoiblies, &; pour y parvenir, il faut recommander au malade le repos de l'esprit & du corps, l'abstinence du boire & du manger, lui ordonner l'usage d'un peu de bon vin mêlé d'yeux d'écrevisses, & de quelque poudre besoardique, du vin détrempé d'eau de fleurs de muguet, de notre beaume de vie mêlé avec notre liqueur anodine minerale, de la composition appellée *mixtura simplex*, & sur-tout des infusions chaudes de melisse, de veronique, & de sauge. Tous ces remedes font dans ce cas tout ce qu'on peut souhaiter de mieux.

XVI. Dans la colere, où le sang & les liqueurs coulent dans les vaisseaux avec une extrême rapidité, il faut éviter avec soin tous les alimens, ou médicamens, qui agitent puissamment les

liqueurs, & peuvent augmenter leur effervescence deja trop grande. Il faut donc s'abstenir de tout purgatif violent, des vomitifs, des sudorifiques, des remedes échauffans, du vin, & des liqueurs spiritueuses. Il convient au contraire d'emploïer dans ce cas tout ce qui a une vertu sedative, & antispasmodique; comme le repos de l'esprit & du corps, les poudres précipitantes & nitreuses, les eaux distillées des fleurs des plantes antie-pileptiques, les lavemens émolliens & laxatifs, la rhubarbe avec le nitre & les yeux d'écrevisses.

SCHOLIE.

Nous avons vû plusieurs personnes causer un préjudice notable à leur santé pour avoir bû beaucoup de thé bien chaud dans de grands accès de colere. Le même accident est aussi arrivé par l'usage du bain un peu trop chaud. Car la mauvaise application de ce remede leur a causé des douleurs, & des tremblemens des membres, une fievre lente, & un grand abbattement.

XVII. Puisque la tristesse opiniâtre affoiblit toute la force de la constitution de toutes les parties du corps, & la détruit peu à peu, & qu'elle fait per-

dre à tous les ſolides, & ſur-tout au ventricule & aux inteſtins, leur tenſion & leur vigueur, il faut, outre les raiſons tirées de la morale & de la Philoſophie, emploïer ce qui peut fortifier. De ce genre ſont le bon vin, les remedes ambrés, les balſamiques, ſur-tout notre baume liquide, le ſel volatile aromatiſé d'huile eſſentielle de cannelle, l'air ſerein & pur, le ſommeil, & un exercice moderé du corps; tous remedes capables de reveiller la force mouvante de la nature, & de la rétablir agréablement.

XVIII. Ceux qui ſont habituellement livrés à quelque paſſion de l'ame, ont ordinairement quelque vice, ou quelque diſpoſition maladive dans les viſceres, ou les parties fluides. Il faut donc apporter ſes ſoins pour qu'un regime, & des remedes ſalutaires & convenables détruiſent, & faſſent ſortir du corps ces maladies qui ſe cachent, & s'étendent inſenſiblement dans les viſceres.

SCHOLIE.

Les phtiſiques ſont extrêmement ſujets, & portés à l'impatience, & à la colere; les hypochondriaques aux terreurs paniques, à la triſteſſe, aux imaginations deſagréables, à la défiance

d'un heureux ſuccès dans leurs affaires, à l'abbattement de l'eſprit, & enfin à un funeſte déſeſpoir, fin déplorable d'une vie dont ils ont pris à tâche d'empoiſonner le cours. Dans ce cas un regime très-doux, & très-exact, prévaut aux meilleurs remedes; & cette conduite eſt d'une égale utilité toutes les fois qu'on ſoupçonne quelque maladie de l'ame, & que les paſſions prennent trop d'empire.

CHAPITRE III.

De l'uſage de l'air pour la ſanté.

I. L'Air, ſubſtance combinée de l'air proprement dit, & de la matiere étherée; fluide, par conſéquent, très-mobile, élaſtique, & capable d'expanſion, étant entré dans le corps avec les alimens ſolides, & liquides, ſe joint intimement avec les ſucs vitaux, & le fluide nerveux, & devient la principale cauſe du mouvement, & de la force des ſolides. De plus le reſſort de l'air interieur, eſt contre-balancé par le poids de l'exterieur. Enfin ſon entrée dans les poumons pendant l'inſpira-

tion, & sa resistance à la force qui le fait sortir dans l'exspiration, facilite extrêmement le passage du sang d'un ventricule à l'autre. Ainsi l'air est d'un très-grand usage pour entretenir les mouvemens vitaux.

SCHOLIE.

Quoique l'air qui entre dans les poumons pendant l'inspiration, ne se mêle pas avec le sang qui y circule, comme on l'a solidement établi dans la Physiologie, il se trouve cependant dans toutes les liqueurs du corps, le sang, la lymphe, la salive, la bile, & même toutes les liqueurs excrementeuses; & il y entre mêlé parmi les alimens, dont les pores, & les intervalles, sont remplis de ses molecules spirales. Il est aisé de démontrer l'existence de l'air dans le sang, par le moïen de la machine pneumatique, qui le rend sensible aux yeux. Il est donc très-interessant au Médecin, de sçavoir quelle est la disposition de l'air que les hommes respirent; car il est souvent mêlé de parties heterogenes, capables de causer un préjudice present à la santé, & aux mouvemens vitaux.

II. L'air, que les hommes respirent, n'est

n'eſt pas toujours diſpoſé de la même façon. Il eſt ſujet à des variations très-remarquables à raiſon de ſa peſanteur, de ſon reſſort, de la chaleur, & du froid. Il ne differe pas moins par rapport aux matieres heterogenes qu'il contient, comme ſont les parties humides, & les exhalaiſons ſalines, cauſtiques, ſulphureuſes, capables de cauſer une fermentation, & même des parties actuellement corrompuës.

SCHOLIE.

Il eſt hors de tout doute, que les maladies épidemiques, c'eſt-à-dire, qui attaquent en même tems beaucoup de perſonnes, & montrent plus, ou moins de malignité, n'ont d'autre cauſe que le mêlange de parties nuiſibles dans l'air de l'atmoſphere. Car les ſemences morbifiques, cachées dans l'air, ont une grande activité, &, pénétrant dans le corps, y cauſent ſouvent beaucoup de trouble, & de fortes commotions. C'eſt ce que prouvent évidemment les corpuſcules corrompus qui tranſmettent les maladies contagieuſes, & les vapeurs des charbons allumés, & d'autres corps odoriferans, qui ont beaucoup de force pour nuire, ou cauſer des com-

motions. Il faut donc que le Medecin connoiſſe exactement la diſpoſition de l'air, favorable, ou contraire à la ſanté.

III. L'experience, à laquelle on ne peut trop déferer, nous apprend tous les jours qu'un air pur, ſerein, & temperé, eſt le plus propre à entretenir la ſanté, & la vie.

SCHOLIE.

J'appelle air pur, celui qui eſt dégagé de parties heterogenes, & bien purifié de toutes exhalaiſons étrangeres; & qui contient beaucoup de matiere étherée, laquelle tient le premier rang parmi les parties qui le compoſent. Car plus il contient de cette matiere, plus il eſt net, & ſerein, & plus le mouvement inteſtin, qu'il en reçoit, en écarte les exhalaiſons peſantes, & étrangeres. J'appelle air temperé celui où la chaleur, le froid, l'humidité ne dominent point, &, où le mêlange de ces qualités eſt dans la proportion convenable.

IV. L'air ſerein, pur, & temperé, entretient parfaitement bien le mouvement de contraction & de dilatation des parties ſolides, & donne aux fibres la force dont elles ont beſoin, & la

tension convenable. Car il ne resserre, ou ne relâche pas trop les pores, & les petits vaisseaux; il ne dissout, ou n'attenue point trop le tissu des parties fluides, & ne les épaissit pas plus qu'il ne faut; au contraire il entretient bien plûtôt leur mêlange, & la temperature necessaire à leur bonne disposition.

SCHOLIE.

Les experiences de Méchanique, de Physique, & de Chimie, prouvent assez jusqu'où s'étend la puissance de la chaleur, & du froid, sur les corps solides, & fluides.

V. Puisqu'un air pur, & temperé, est si convenable à la santé, il est aisé de dire, pourquoi les montagnes, & les hauteurs, celles sur-tout qui sont exposées aux vents d'Orient, & le séjour de la campagne, contribuent si fort à la santé du corps. Car l'air est plus subtil, plus pur, & moins corrompu sur les hauteurs; parce que les vents qui y soufflent plus fréquemment dispersent, & dissipent l'amas d'exhalaisons impures, qui auroit pû se faire dans l'air.

VI. Le printems, où la chaleur du Soleil est plus temperée, est la saison de l'année la plus salutaire.

SCHOLIE.

C'eſt aux environs de l'équinoxe du printems que les animaux ont plus de force. Car c'eſt dans ce tems que les poiſſons, & preſque tous les autres animaux, donnent des preuves de leur fecondité, en dépoſant leurs œufs, leur frais, ou leur ſemence, & qu'ils font leurs petits; marque certaine de la vigueur qu'ils ont alors.

VII. Les mois de Mai, & de Septembre, ſont des plus ſalutaires de l'année, parce qu'ils ſont plus temperés.

SCHOLIE.

Il eſt donc aiſé de rendre raiſon, pourquoi l'on reuſſit mieux dans le cours de ces deux mois à guerir les maladies chroniques, & pourquoi les remedes préſervatifs, comme la ſaignée, les purgatifs, les eaux minerales, artificielles, ou naturelles, ont plus de ſuccès; pourquoi la ſalivation, & les autres manieres d'emploïer le mercure dans les maladies veneriennes, ſuccedent plus heureuſement, & pourquoi l'on tire plus d'utilité du changement d'air, & des voïages qu'on fait alors pour rétablir ſa ſanté.

VIII. Un air moderement froid est préferable à un air trop chaud ; parce qu'il dissipe moins les forces, & qu'il les tient, pour ainsi dire, renfermées dans l'interieur du corps.

SCHOLIE.

Il est donc plus avantageux de s'accoûtumer à un air un peu froid, qu'à un air trop chaud. Les peuples Septentrionaux, qui sont accoûtumés au froid de l'air, ont beaucoup plus de force, & d'embonpoint, que ceux qui habitent les païs chauds. Car la trop grande chaleur du Soleil, qui est ordinaire dans ces climats, brule, & rarefie trop les liqueurs du corps, & cause un grand préjudice aux forces, en augmentant trop la transpiration. C'est une faute très-dangereuse, quoique très-commune à presque toutes les meres, & les femmes chargées d'élever les enfans, de les tenir continuellement dans des chambres fort échauffées, aïant grand soin d'empêcher le moindre air froid d'y entrer. Car ce regime affoiblit extrêmement les enfans, & fait qu'ils ne peuvent aller à l'air sans être incommodés du plus petit froid auquel ils s'exposent. Il faut donc convenir que les anciens

Allemans avoient une coutume fort sage de baigner les enfans nouveau-nés dans l'eau froide, & même dans les rivieres ; car, en accoûtumant au froid ces corps tendres, dès l'instant de leur naissance, & continuant toujours de même, ils leur donnoient bien plus de forces.

IX. Il faut avoir attention de respirer un air pur, & temperé, dans le tems sur-tout du sommeil, & des repas.

SCHOLIE.

Cette attention est necessaire dans le tems des repas, parce qu'alors nous faisons entrer l'air dans le ventricule, le sang, & le tissu le plus intime des parties, avec les alimens solides, & liquides. Et comme pendant le sommeil la circulation du sang se fait plus lentement dans les poumons, il est avantageuxde respirer un air plus élastique, & plus capable de rarefaction, afin que, resserrant legerement les petites vesicules des poumons, & les vaisseaux sanguins qui forment un reseau autour d'elles, le sang, & les liqueurs, ne s'y arrêtent pas plus long-tems que de raison, & ne donnent point par leur séjour occasion à l'obstruction des poumons, à l'asthme, & même à la genera-

tion des polypes. Il n'y a donc rien de plus pernicieux à la ſanté que d'habiter dans des chambres, ou autres lieux trop voiſins de la terre, ou renfermés dans elle, & qui ſont expoſés à la ſtagnation des eaux. Il n'eſt pas moins dangereux de dormir l'hyver dans un air trop échauffé, ou rempli des vapeurs de fourneaux, ou de fumée de charbons. C'eſt auſſi une choſe pernicieuſe de dormir dans une chambre nouvellement enduite de chaux vive, ou de mortier. Car il en arrive des accidens très-facheux, comme des difficultés de reſpirer, & des ſquinancies, qui menacent de ſuffocation. Il eſt encore étonnant combien un air renfermé, & preſque corrompu, eſt propre à la generation du ſcorbut, & de la cachexie.

X. La ſanté ne peut gueres courir un plus grand danger que celui où l'expoſent ceux qui habitent pendant un froid un peu vif, dans une chambre échauffée par le charbon, ou qui y dorment.

SCHOLIE.

Le péril dont la fumée des charbons menace la vie, & la ſanté, eſt au-deſſus de l'expreſſion. Une funeſte experience, trop ſouvent repetée, ſi l'on en croit les

Medecins obſervateurs, prouve que de perſonnes expoſées à la fumée du charbon dans de petites chambres, les unes ont été étouffées, les autres ſont tombées dans des affections apoplectiques, ſyncoptiques, ſoporeuſes, ou epileptiques. On peut conſulter ſur ce ſujet notre jugement *ſur la qualité nuiſible des charbons allumés* (a). Rien autre choſe que le trop grand uſage du charbon de terre, ne cauſe à Londres, & à Liege, la peripneumonie, l'aſthme ſec, & la phtiſie, qui y ſont ſi ordinaires, &, pour ainſi dire, endemiques. On peut auſſi conſulter le traité de Ramazzini, *ſur les maladies des artiſans* (a), où cette matiere eſt traitée au long.

XI. Comme un air temperé eſt extrêmement favorable à la ſanté, celui qui ne l'eſt point, & où quelque qualité eſt trop dominante, lui eſt infiniment dangereux.

XII. L'air trop chaud, tel qu'il eſt vers le ſolſtice d'été, en plein midi lorſqu'on eſt expoſé au ſoleil, dans les lieux chauds, & ſur-tout lorſque les vents de midi, & d'orient ſoufflent, diviſe

(a (*Judicium de noxa carbonum accenſorum.*

(b) Bernard. Ramazzini *De morbis artificum.*

outre

outre meſure, & rarefie les liqueurs du corps, & ouvrant trop les pores, augmente à proportion la tranſpiration. De cette maniere les parties les plus ſubtiles du ſang, d'où dépendent les mouvemens des membres, ſortent en trop grande quantité; & les gelatineuſes, qui forment le ſuc nourricier, ſe diſſolvant, & ſe diſſipant, il faut que le corps s'affoibliſſe. Il faut donc garder ſoigneuſement de s'expoſer à l'air ainſi diſpoſé.

SCHOLIE.

Quoique les ſpirales dont l'air eſt compoſé, ne pénétrent point dans les pores de notre corps, & ne ſe lient pas intimement au ſang, la matiere celeſte, ou éthérée, qui eſt douée d'un mouvement très-vif, & eſt cauſe de la chaleur, pénetre ces pores, & les vaiſſeaux, où elles rarefie les liqueurs, & précipite leur mouvement; ce qui cauſe la diſſipation de leur humidité, & volatiliſe, & alkaliſe leurs parties huileuſes, & terreſtres. Et comment la matiere éthe-rée n'entreroit-elle pas dans nos pores, puiſqu'elle pénetre les corps les plus durs, & même le verre dont les thermometres ſont compoſés? Cette obſer-

vation explique naturellement pourquoi les plus graves maladies chroniques, & les accidens ordinaires aux hypochondriaques, & aux gouteux, les laissent respirer pendant tout l'été ; pourquoi les fievres quartes opiniâtres se guerissent d'elles-mêmes dans ce tems ; & enfin pourquoi le scorbut regne peu dans les païs chauds.

XII. Lors donc que la chaleur est excessive, on se trouve très-bien du sommeil, & du repos, de l'abstinence de toutes boissons spiritueuses, qui ne feroient encore qu'agiter toutes les liqueurs ; de la moderation dans le travail, & dans tout ce qui peut donner plus de mouvement aux fluides ; & d'ailleurs les boissons moderement froides, & rafraichissantes, & tous les humectans, sont d'un grand secours contre la chaleur, qui brûle les liqueurs du corps.

XIV. Un froid pénetrant, tel qu'on le sent dans de grands hyvers, lorsque les vents d'orient, & d'occident, soufflent, & tel qu'on l'éprouve vers le solstice du printems, & dans les climats voisins du pole arctique ; épaissit, & condense les humeurs, resserre les pores, & les extrêmités des vaisseaux se-

cretoires, & chasse les liqueurs de la circonference du corps au centre ; ce qui ne peut arriver, que la santé n'en souffre considerablement de plusieurs manieres.

SCHOLIE.

Le froid est sur-tout ennemi des parties qui reçoivent peu de sang, & que pour cette raison on appelle froides, comme les nerveuses, les tendineuses, le bas ventre, & les intestins, la tête, & le cerveau, & sur-tout les pieds, & la plante des pieds ; parce que ces parties ont beaucoup de tendons, & de nerfs, & qu'étant éloignées du cœur, le sang y circule plus lentement.

XV. Dans la violence du froid il faut commencer par se garantir de ses atteintes au moïen d'habillemens convenables, & d'un bon feu, & faire beaucoup d'usage de bouillons, & d'infusions chaudes, & de tout ce qui peut donner au sang une chaleur moderée.

XVI. Un air trop humide ramollit tout le corps, & relâche trop les fibres motrices, retient les humeurs, & empêche les excretions, d'où dépend cependant la santé. On ne peut donc douter qu'il ne lui soit très-nuisible.

XVII. Dans les humidités opiniâtres de l'air, qui ſe rencontrent lorſque les vents d'occident ſoufflent conſtamment, ou dans les années pluvieuſes, il eſt très-à-propos d'uſer de medicamens ſpiritueux, comme le vin, le baume liquide, les ſels volatils aromatiques, ou de faire exercice, pour reveiller le mouvement trop languiſſant des liqueurs, aider les excretions cutanées, & de s'abſtenir du trop grand uſage des alimens, ſur-tout de ceux où quelque qualité domine.

XVIII. Un air chargé d'exhalaiſons impures, corrompues, contagieuſes, & metalliques, attaque la ſanté de differentes manieres. Il faut dans ce tems ſe garder du jeûne; parce que l'inſpiration eſt plus forte quand on eſt à jeun, & que l'air pénetre plus intimement dans l'interieur. Il vaut mieux manger au matin quelques tartines de beurre, ou prendre du thé, du caffé, &c.

XIX. Rien n'eſt plus dangereux que les changemens ſubits de l'air, ſur-tout de froid en chaud, ou au contraire.

XX. C'eſt à cauſe des promptes viciſſitudes, auſquelles l'air eſt ſujet en automne, ſur-tout dans les mois d'Oc-

tobre, & de Novembre, & au commencement du printems, qu'il regne alors une si grande quantité de maladies.

SCHOLIE.

Il n'échappe plus aucun des plus legers changemens qui arrivent à l'air, au moïen des instrumens exacts qu'on a imaginés pour s'en instruire. On a le barometre pour connoître sa pesanteur, & sa legereté; le thermometre découvre les degrés de chaleur, & de froid; & l'hygrometre indique ceux d'humidité, & de secheresse. On ne sçauroit donc trop recommander à ceux qui ont attention à leur santé, & sur-tout aux Medecins, de les consulter soigneusement. C'est principalement en automne que ces instrumens font remarquer le plus de variations dans la temperature de l'air.

XXI. Les changemens subits du chaud en froid, & du froid en chaud, portent un dommage étonnant au ton des fibres, & sur-tout retardent les excrétions cutanées. Ce qui produit en abondance des catarrhes, des goutes, des rhumatismes, des hemorrhagies, & des corruptions dans les humeurs.

XXII. Puisque tout changement subit de temperature de l'air est si préjudiciable à notre santé, il faut avoir une attention particuliere, lorsqu'on a le corps fort échauffé pendant l'été, d'éviter le froid du soir, & de la nuit.

XXIII. L'air froid, & humide, & chargé de differentes vapeurs, entre profondement dans les pores rarefiés par la chaleur, & attaque principalement les parties nerveuses.

SCHOLIE.

On ne peut donc rendre un plus mauvais office à sa santé, que d'entrer sans précaution dans des lieux froids, & humides, pendant un tems bien chaud, ou de s'y promener, ou de dormir en plein air. Il n'y a aucun païs où l'on s'écarte plus de cette loi du regime qu'en Italie; & c'est la cause des maladies graves, ausquelles ses habitans sont sujets.

XXIV. C'est aussi exposer extrêmement sa santé que de passer subitement en hyver d'un lieu froid dans un bien chaud. Rien ne cause à la tête des fluxions catarrheuses plus opiniâtres. Il est donc à propos de mettre quelque in-

tervalle entre l'état de froid, & celui de chaleur.

XXV. C'eſt affronter un danger évident, que d'expoſer à une chaleur exceſſives ſes membres frappés, & comme perclus d'un froid violent.

Scholie.

De funeſtes exemples nous apprennent qu'un air trop chaud, venant à frapper des parties bleſſées par l'âpreté du froid, les fait tomber dans une eſpece de paralyſie, ou même de mort, comme il arrive aux vegetaux, qui de cette maniere tombent très-promptement en putrefaction.

XXVI. Rien n'eſt donc plus avantageux à la ſanté que la moderation dans le boire, & le manger, dans les tems inégaux, & variables. Car s'il eſt vrai que l'yvreſſe, ou le trop de manger, ſoit dangereux à la ſanté, c'eſt ſur-tout dans ces conjonctures. Il faut auſſi faire ſon poſſible pour éviter, ſur-tout dans les équinoxes, le ſoleil de midi, le froid du matin, & du ſoir, & les exhalaiſons des eaux croupiſſantes.



CHAPITRE IV.

Des alimens ſalutaires, ou nuiſibles.

I. LA baſe de l'integrité du corps humain eſt la quantité, & la qualité du ſang, & des liqueurs. Il eſt donc évident, que tout ce qui entretient la qualité, & la temperature convenables du ſang, & des liqueurs, entretient la ſanté, & qu'on doit regarder comme nuiſible, tout ce qui dérange l'une, ou l'autre.

SCHOLIE.

Car rien ne contribue mieux a la nutrition des parties, & à l'entretien des forces, qu'une quantité convenable d'un ſang bien temperé; parce que ſa circulation ſe fait au mieux, & qu'il ſe dépure parfaitement de toutes ſes parties heterogenes. On a donc raiſon de l'appeller le tréſor de la vie.

II. Le ſang le mieux mêlangé, & de la meilleure conſtitution, non-ſeulement ſe conſomme continuellement par ſon mouvement progreſſif, & in-

teſtin ; mais ſa temperature s'altere, & il dégenere en impuretés, & en excremens.

SCHOLIE.

L'experience confirme cette verité, & prouve que le ſang des perſonnes qui ont fait une longue abſtinence, ſe change en excremens ſalés, & bilieux, qui ſortent par le ventre, la veſſie, & la peau; & même qu'il perd ſon ſuc gelatineux, & ſa diſpoſition benigne; ce qui fait que la maſſe des liqueurs trop fluide, & trop diſſoute, devient impropre à la nutrition. C'eſt ce qui paroît clairement, ſur-tout dans les fievres continues, & hectiques, dont le caractere eſt de diſſiper promptement les ſucs contenus dans le corps, & de changer les mieux mêlangés en excremens ſalés, bilieux, & ſans force. Outre cela le travail, & l'exercice du corps, augmentant le mouvement inteſtin, & progreſſif du ſang, diminuent notablement la quantité ſur-abondante de liqueurs; ce que les plethoriques éprouvent à leur grand avantage.

III. Puiſque le mouvement du ſang, quoique ſource de la vie, le conſomme ſans ceſſe, & le change en une

masse sans vertu, purement excrementeuse, incapable de nourrir les parties solides, & d'entretenir le fluide très-délié, qui est auteur du mouvement, & du sentiment, il s'ensuit necessairement, que la vie, & la santé, ne peuvent subsister si l'on ne ranime continuellement ses mouvemens reglés, & qu'on ne substitue de tems en tems de nouveaux sucs, à ceux que les excretions ont fait sortir du corps.

SCHOLIE.

La raison pourquoi l'on a, sans cesse, besoin de prendre, & de rendre, est donc palpable. Car la santé ne peut subsister long-tems, si les alimens qu'on prend ne reparent la perte des sucs évacués.

IV. Les alimens solides, & liquides, sont propres à reparer cette perte, s'ils sont disposés comme il faut. On doit donc ranger dans la classe des mixtes propres à nourrir, tout ce qui contient des principes de même nature que ceux du sang.

V. Le sang, & les liqueurs louables, qui servent à la nutrition, sont temperés, &, comme la gêlée, sont composés d'une terre legere, d'eau, & d'une huile subtile, exactement mêlées. Ainsi

tous les alimens qui renferment un suc gelatineux temperé, conviennent parfaitement pour faire du sang.

VI. Les chairs des animaux jeunes, les sucs, & les bouillons qu'on en fait, & principalement les chairs des bœufs, veaux, & moutons, contiennent beaucoup de gêlée, &, par cette raison, tiennent le premier rang entre les alimens qui font promptement du sang. Toute la volaille, poules, pigeons, poulets, &c. est aussi très-propre à la nutrition, parce qu'elle contient une gêlée subtile, quoiqu'en moindre quantité, que les chairs des quadrupedes, dont nous venons de parler.

SCHOLIE.

C'est une chose très-digne de remarque, que les animaux mondes, dont les Israëlites se servoient autrefois pour les sacrifices, suivant l'Ecriture, sont principalement ceux qui méritent la préference par leur qualité salutaire, & nourrissante, & qui contiennent un suc nourricier gelatineux.

VII. Ce n'est pas sans raison qu'on donne des bouillons composés de viandes gelatineuses, pour fortifier ceux dont le sang a été beaucoup diminué

par de grandes hemorrhagies, ou des fievres trop ardentes. Les hommes, & les peuples, qui font usage de ces alimens gelatineux, à la tête desquels sont les François, sont en état de soûtenir la saignée plus fréquente, & plus copieuse, que ceux qui ne sont point accoutumés à ces nourritures.

VIII. Le chyle est la matiere prochaine du sang. C'est une espece d'émulsion naturelle, composée d'une huile temperée, de parties insipides, aqueuses, & mucilagineuses. Les alimens donc qui fournissent des principes analogues à ceux du chyle, sont extrêmement propres à nourrir le corps, & à faire de la lymphe, & du sang.

IX. Le lait, n'étant autre chose que le chyle, merite, à raison de sa qualité nourriciere, la préference sur toutes les autres nourritures, & doit être regardé comme un aliment universel.

Scholie.

C'est par cette raison qu'il fournit la premiere nourriture, non-seulement aux enfans, mais même à des animaux plus formés; c'est-à-dire, pour que leurs corps croissent plûtôt, & acquerent plus promptement leur force, & leur

maturité. En effet, une nourriture plus solide, & plus compacte, qui donne du travail au ventricule, convient moins à des corps tendres, dont l'estomac, & les intestins n'ont point assez de force pour digerer, & faire sortir des alimens solides. Ces principes posés, on voit clairement pourquoi certains peuples, & notamment les Suisses, qui aiment souverainement le lait, & en font un usage très-frequent, deviennent si grands, qu'à peine se trouve-t'il dans l'Europe une nation qui puisse leur disputer l'avantage de la taille. Pline, Tacite, Justin, Cesar, Salluste, parlent de personnes qui n'ont vêcu que de lait pendant long-tems ; & Galien raconte (*a*), qu'un homme ne prit point d'autre nourriture pendant cent ans. Dans la Hollande, la Frise, & les païs Septentrionaux, beaucoup de particuliers se servent du lait seul pour boisson, au lieu de bierre. Et suivant Ovide, *les Anciens vivoient de lait pur, & d'herbes que la terre produisoit d'elle-même* (a).

X. Toutes les sémences temperées,

(*a*) Galen. L. v. *de sanit. tuend. c.* 7.

(*b*) *Lacte mero veteres usi memorantur, & herbis,*
Sponte sua si quas terra ferebat. Fast. l. IV.

qui renferment un suc laiteux, doivent être rangées dans la classe des nourrissans.

SCHOLIE.

On voit donc évidemment pourquoi les grains de toute espece, & les sémences, comme l'orge, le froment, l'avoine, le seigle, les feves, les pois, les amandes, les chataignes, les noix, les fruits du pin, les pistaches, le ris, l'amidon, les bleds de Turquie, & sarrasin, sont si propres à la nourriture des animaux, & pourquoi la farine de froment, ou, pour mieux dire, le pain qui s'en fait, tient le premier rang entre les alimens. On voit aussi clairement, comment un homme peut vivre de pain, & d'eau seulement.

XI. Le pain est, sans contredit, le premier, & le principal de tous les alimens, & il est difficile de s'en passer sans que la santé en souffre. Il convient en tout tems, à tout âge, à tout temperament. On peut donc l'appeller à bon droit un aliment universel. Il est même difficile de se passer de lui pour manger des chairs, ou autres nourritures; parce qu'on s'en dégoute promptement, quand on les prend seules.

SCHOLIE.

Les parties dont le pain est composé ont beaucoup d'analogie avec le sang, & le suc nourricier. Car c'est une huile temperée, & un mucilage, mêlé avec un sel acide subtil, qui est très-ami de l'estomac, & qui anime, & exalte, le ferment gastrique, & salivaire. Mais comme le pain se fait de grains de differente nature, aussi tous les pains ne fournissent-ils pas un aliment égaliment salutaire. Le meilleur, & celui qui nourrit le plus, est fait de farine de seigle; non de fleur, mais de celle passée au tamis un peu gros, & où le son le plus délié se trouve mêlé, & qui est suffisamment fermentée. La preuve de cette verité se tire de l'analyse chymique, qui prouve qu'il y a plus d'huile dans le gros pain, le pain bis, que dans le blanc, & celui qui est fait de fleur. Il donne aussi une odeur plus agreable, & repare bien mieux les forces. On peut consulter notre programme *sur le gros pain de VVestphalie* (a). Celui qu'on fait d'orge, d'avoine, de bled de Turquie, de ris, de glands, ou de chataignes, pese sur l'estomac, & ne repare pas si bien les forces.

(a) *Programma de pane grossiori Westphalico.*

XII. Comme les œufs contiennent la fleur la plus ſubtile de la lymphe tranſparente, & gelatineuſe, qui eſt la matiere prochaine de la nutrition, ils nourriſſent très-promptement.

SCHOLIE.

Les œufs frais, & mollets, donnent une nourriture qui ſe diſtribue promptement aux parties, ſuivant l'école de Salerne, qui dit, que *pour prendre des œufs, il faut qu'ils ſoient mols, & nouveaux* (a). Le jaune contient beaucoup de parties onctueuſes, graſſes, & ſulphureuſes, & le blanc en a d'humides, & de mucilagineuſes, conformes à la ſeroſité du ſang. S'il y a donc quelque aliment univerſel, c'eſt certainement celui-ci. Il a encore l'avantage d'augmenter la ſemence. Il convient principalement lorſqu'il s'agit de nourrir promptement un corps épuiſé par une effuſion de ſang abondante, ou par la fievre. Auſſi Salmuth recommande-t'il les œufs à la coque à ceux qui ont été ſaignés. Les vieillards qui ont beſoin d'une bonne nourriture, & de facile digeſtion, ſe trouvent ſur-tout bien de

(a) *Si ſumas ovum, molle ſit atque novum.* Schol. Salern.

leur

leur uſage. Nous l'interdiſons au contraire à tous ceux dont les premieres voies regorgent d'acides, ou de bile; parce qu'on fait d'autant plus de tort aux corps mal diſpoſés, qu'on leur donne plus de nourriture. Il eſt bon de remarquer qu'on connoit que les œufs ſont frais, lorſqu'ils ſont bien transparens, & qu'ils ſe cuiſent en lait dans l'eau bouillante.

XIII. Le fromage, & le beurre, ſont encore des alimens excellens, & univerſels.

Scholie.

Le lait ſe reſolvant en beurre, & en fromage, dont le premier contient la partie huileuſe, & le dernier la partie caſéeuſe, & mucilagineuſe du lait, il eſt clair que ces deux alimens fourniſſent, ſur-tout avec le pain, & l'eau, une nourriture excellente, & univerſelle, convenable à tous genres de vie, & de temperamens. Il faut ſeulement remarquer par rapport au beurre, que plus il eſt nouveau, plus il eſt gracieux, & ſain; parce qu'il devient deſagreable au goût, & rance en vieilliſſant. Son trop grand uſage relâche les fibres de l'eſtomac, diminue leur tenſion, & cauſe

des nauſées. Le fromage joint au beurre nourrit auſſi beaucoup. Il ne faut le choiſir ni trop vieux, ni trop nouveau. Celui-ci charge l'eſtomac, & cauſe aiſement des obſtructions au bas-ventre ; & le goût acre, & l'odeur fetide de celui-là augmente ordinairement l'acreté, & l'impureté des humeurs.

XIV. Le ſang, le ſuc nourricier, & toutes les parties du corps étant formées de trois principes, l'un ſulphureux, huileux, & inflammable ; un autre terreſtre, alkalin ſubtil, quoique fixe ; & le troiſiéme aqueux ; toutes les eſpeces, & les qualités des alimens, ſe rapportent très-naturellement à ces trois claſſes.

SCHOLIE.

Le mêlange bien proportionné de ces trois eſpeces d'alimens, produit à la fin un ſuc très propre à la nutrition.

XV. La partie ſulphureuſe ſe tire en quantité des animaux, & de leurs chairs, ſur-tout lorſqu'elles ſont roties. On obſervera ſeulement que les animaux ſauvages, & nés dans les bois, la fourniſſent en plus grande abondance que les animaux domeſtiques, & privés.

XVI. Que les chairs des animaux contiennent plus d'huile ſubtile que les vegetaux, c'eſt ce qui ne paroîtra pas douteux à qui voudra faire attention à la putrefaction prompte dans laquelle ils tombent, ſur-tout en été, & à la puanteur qu'ils exhalent en cet état; ce qui n'arrive pas aux vegetaux.

SCHOLIE.

Il entre de l'acide dans la compoſition de tous les vegetaux, ſi l'on en exempte les plantes chaudes; & ainſi leur huile eſt plus temperée; au lieu que tout acide eſt exclus de la compoſition des ſucs des vegetaux, & de leurs parties, qui ſe reſolvent entierement par la diſtillation en huile ſubtile, & en ſel volatil. C'eſt de cette huile que vient principalement la chaleur, & le mouvement inteſtin, & fermentatif du ſang, & l'odeur inſupportable qu'exhalent les animaux, quand ils ſe corrompent.

XVII. Les viandes roties, ſur-tout ſi ce ſont des oiſeaux, & autres animaux ſauvages, répandent dans le ſang plus de ſubſtance ſulphureuſe legere, que les bouillies, & celles qui viennent d'animaux domeſtiques.

SCHOLIE.

La chair des animaux, & des oiſeaux ſauvages, eſt ſans contredit plus legere, plus tenue, & plus huileuſe, que celle des domeſtiques. Elle contient auſſi moins de ſubſtance mucilagineuſe, & gelatineuſe, principalement, parce que les animaux ſauvages ſe donnent bien plus de mouvement, que les domeſtiques; qu'ils vivent dans un air plus pur, & plus dégagé; & qu'ils prennent des nourritures plus ſeches. Ajoutez à cela qu'en rotiſſant ils perdent beaucoup d'humidité. Ce qui fait que le principe huileux, débarraſſé des parties qui l'enveloppoient, & exalté par le feu, eſt plus dégagé, & domine ſur les autres principes.

XVIII. On doit ranger dans la claſſe des alimens qui fourniſſent de l'humide au ſang, parmi les animaux, les poiſſons, & parmi les vegetaux les herbes potageres, & les racines temperées; & quelques uns des fruits d'été.

XIX. L'on tire des poiſſons par la diſtillation beaucoup de phlegme, peu d'huile, & très-peu de ſel volatil.

SCHOLIE.

Comme les poiſſons n'ont que peu d'huile & de ſel volatil, ils ne tombent pas ſi aiſément en putrefaction, & cauſent dans des fievres moins de dommage que les viandes.

XX. Nous rangerons dans la troiſiéme claſſe des alimens, c'eſt-à-dire, celle qui donne la partie fixe & terreuſe du ſang, les grains de toute eſpece, comme ſont toutes ſortes de pains, le ris, les pois, les feves, les lentilles, les châtaignes, les amandes, les feves de cacao, le fromage, & tout ce qui ſe fait avec la farine.

XXI. Il s'enſuit naturellement de ce qu'on vient de lire, que les alimens propres à la nutrition ſont ceux dont le mêlange, & la temperature approchent de celle du chyle, & du ſang.

XXII. Donc tout ce qui s'éloigne de la nature, & du caractere du chyle, & du ſang, ou ce qui leur eſt totalement étranger, ne ſert aucunement à la nutrition.

XXIII. Tout ce qui abonde en acide eſt peu propre à la nutrition : parce que le lait, & le ſang, ſont ennemis de l'acide, qui eſt d'un caractere extrê-

mement éloigné du ſang, & que d'ailleurs il coagule les liqueurs vitales.

SCHOLIE.

Il n'eſt donc pas difficile de voir pourquoi le trop grand uſage des fruits confits au vinaigre, des fruits d'été, ſur-tout s'ils ne ſont point aſſez murs, du vinaigre, des bierres tirant à l'aigre, & des vins où l'acide abonde, eſt ſi nuiſible à la ſanté.

XXIV. Il n'y a point de ſel, de quelque eſpece qu'il ſoit, qui entre dans la compoſition du ſang, du chyle, & du lait; ainſi tous les ſels, & les alimens trop ſalés, conviennent peu à la nutrition du corps.

XXV. Le ſang, & le chyle, ne ſe marient jamais avec les liqueurs ſpiritueuſes; au contraire ils s'en éloignent; d'où il eſt aiſé de conclure qu'ils font un tort conſiderable à la nutrition, & à la ſanté, ſur-tout quand on en fait trop d'uſage.

XXVI. Ce qui eſt doux, miellé, ſucré, n'a aucune analogie avec le chyle, & le ſang, & differe totalement de leur compoſition; car ils ont un goût dominant qui ne ſe trouve point dans le chyle, le ſang, & le ſuc nourricier.

SCHOLIE.

Quoique les alimens doux soient temperés dans le mêlange de leurs parties, & que par cet endroit ils paroissent propres à la nutrition, étant tous des sels de differentes especes, sels qui se dissolvent dans l'eau, ils ne peuvent se coller aux parties; parce que l'humidité les resoudroit, & les emporteroit avec elle.

XXVII. Il ne suffit pas, pour qu'un aliment soit propre à la conservation de la santé, qu'il renferme dans lui-même la matiere d'un suc louable; il faut qu'il soit bien dissout dans le ventricule: d'où il suit necessairement que les alimens dont la substance dure, & compacte, donne trop de travail à l'estomac, ne sont pas fort convenables à la santé.

XXVIII. Les chairs des animaux trop vieux, celles qui sont enfumées, ou salées, les œufs durs, presque tous les poissons de mer, le plus gros pain, se dissolvent avec peine dans le ventricule, à cause du tissu trop serré & trop embarrassé de leurs parties, & ont de la peine à se changer en sang, & en chyle.

SCHOLIE.

Ces especes d'alimens durs, à raison du tissu embarrassé de leurs parties, demandent dans le ventricule beaucoup de force, de chaleur, de suc gastrique, & de lymphe salivaire. Ils ne conviennent donc qu'aux personnes robustes, & qui font beaucoup d'exercice. C'est ce qui fait que les habitans des Païs qui tirent au Nord, comme les Suedois, les Norwegiens, les Lappons, les Finlandois, les habitans de Westphalie & de Pomeranie, ne se trouvent pas mal de l'usage frequent de ces alimens; parce que leur estomac, naturellement fort, & fortifié par l'habitude, les digere, & les dissout facilement.

XXIX. L'estomac digere difficilement les racines, les herbes, les fruits, sur-tout si on les mange cruds, ou qu'ils soient suffisamment cuits; parce qu'il a peine à rompre leur tissu trop fibreux.

XXX. Une autre raison qui rend à charge au ventricule les alimens tirés du regne vegetal, c'est qu'ils donnent beaucoup de vents, qui causent differens désordres dans les premieres voies.

SCHOLIE.

On peut ranger dans cette classe tous les fruits d'été qui ne sont point parfaitement murs, les pois, les feves, les navets, les raves, les oignons, les choux, l'ail, les poireaux, les raiforts, les salades de laitue ou d'autres herbes, les poires, les pommes, les prunes, le vin doux, le miel, les liqueurs miellées, & tout ce qui est doux, quelque nom qu'il porte; car telle est la disposition de ces mixtes, qu'ils entrent promptement en fermentation, ou s'agrissent aisement, & se resolvent en vapeurs, ou exhalaisons, à cause de leur tissu visqueux, & tenace.

XXXI. Les parties tenaces, & gluantes des animaux, comme sont l'estomac, les intestins, la rate, les reins, le bec, les parties genitales de femelles, les oreilles, la peau, les ongles, sont aussi difficiles à digerer, & resistent à l'action du ferment de l'estomac.

XXXII. Les alimens gras se digerent aussi difficilement, car le mêlange des acides, qui se trouvent en quantité sur-tout dans les vegetaux, en fait une coagulation.

SCHOLIE.

Il faut une liqueur alkaline pour dissoudre les corps gras, parce qu'elle ouvre & sépare parfaitement leur tissu embarrassé, & serré. Pour qu'ils ne fassent point de mal à l'estomac, il faut donc une quantité suffisante de bile. Car lorsque l'acide de l'estomac commence à agir sur la substance de ces mixtes, il s'en éleve des vapeurs, & des renvois souffrés & brûlans, qui incommodent le canal qui sert au passage des alimens.

XXXIII. Les graisses sont d'autant moins saines, qu'elles sont plus visqueuses, plus rances, & plus vieilles. Celles qui sont nouvelles, & qui se digerent plus aisement, font moins de mal.

SCHOLIE.

On conclurra de-là que les alimens cuits avec la graisse de bœuf ne doivent pas être si nuisibles, que ceux cuits avec celle de mouton, de bouc, de porc, ou d'oie; ce qui est conforme à la verité. On voit aussi que les chairs dessechées à la fumée, sur-tout quand elles y ont été long-tems exposées, de même que le lard qui sent le relent, ou qui est

jaune, ſont contraires à la ſanté, parce que tout ce qui eſt gras rancit à la longue.

XXXIV. La nutrition ne ſe peut bien faire, ſi les orifices du vélouté des inteſtins ne donnent paſſage au chyle qui doit renouveller le ſang. Ainſi tous les alimens qui obſtruent ces orifices, ou les reſſerrent plus que de raiſon, ne peuvent qu'être préjudiciables à la ſanté.

Scholie.

La maſſe des alimens dépouillée de ſes ſucs utiles par la ſéparation qui s'eſt faite du chyle, doit être chaſſée hors de ce canal par l'alternative de dilatation & de reſſerrement des inteſtins. Il eſt donc palpable que les alimens qui paſſent difficilement par les inteſtins, qui arrêtent leur mouvement, & diminuent leur tenſion & leur force, ſont nuiſibles par la ſuppreſſion de cette excretion ſalutaire ; & la raiſon en eſt évidente.

XXXV. Les acides, les aſtringens, les mucilagineux, les gluants, les viſqueux, les auſteres, les mixtes qui ſe coagulent aiſément, nuiſent principalement à la ſanté, parce qu'ils diminuent la tenſion des inteſtins, & par ce moïen les empêchent de chaſſer par

le bas les parties grossieres des alimens digerés.

SCHOLIE.

C'est par cette raison que tous les fruits, mûrs ou non, les poires, les coings, les grenades, les nefles, les fruits de l'acacia, & les bayes de mirthe, le pain cuit en biscuit, la croûte de pain, le pain moisi, dur, ou trop grossier, ou fraîchement tiré du four, toute la pâtisserie, les purées de pois, féves, lentilles, ou millet, les gâteaux, le pain qui n'est point assez paitri, ou levé, la trop grande quantité de fromage, le lait de brebis, le laitage en general, ainsi que les graisses, portent préjudice à la santé; & ce préjudice est d'autant plus grand, qu'on prend en même tems du vin, des acides, ou des boissons froides: car ils forment par ce mêlange un *coagulum* épais, & solide, qui se colle fortement aux membranes des intestins, & fait un enduit qui obstrue les extrêmités des vaisseaux lactés. Ce qui cause des vents, & des convulsions en abondance.

XXXVI. On doit regarder comme nuisible tout aliment qui altere la force fermentative & dissolvante du

ventricule, & par une ſuite neceſſaire cauſe des crudités.

SCHOLIE.

L'activité du ferment ſtomacal diminue par l'uſage de tout ce qui eſt gras, huileux, doux au goût, du miel, des liqueurs miellées, du raiſin frais, des fruits, des figues vertes, de tous les légumes, de toutes les pâtiſſeries, de la purée de millet. Tout ce qui eſt tiede, les racines fibreuſes des légumes, le fromage, le lait caillé & ferme, ne lui font pas moins de tort; & tous ces alimens ſont d'autant plus nuiſibles, qu'on les prend à jeun en plus grande quantité.

XXXVII. Tout acide, & toute corruption eſt extrêmement contraire à la conſervation de la ſanté. On a donc grande raiſon de ranger dans la claſſe des alimens nuiſibles tous ceux qui aigriſſent, ou ſe corrompent aiſement dans l'eſtomac.

SCHOLIE.

L'acide eſt également ennemi des premieres voies, & du ſang; car il détruit la qualité balſamique, & alkaline de la bile; épaiſſit, & coagule le chyle; &

rend le ventre pareſſeux. D'ailleurs paſſant dans le ſang, il le diſpoſe à la coagulation, & à l'épaiſſiſſement, & devient une cauſe, au moins éloignée, de dangereuſes ſtagnations des liqueurs, & d'obſtructions dans les viſceres. La corruption qui s'engendre dans les premieres voyes venant à pénetrer le tiſſu le plus interieur des parties du corps, répand ſa qualité pernicieuſe dans les ſucs les mieux conditionnés. Les alimens qui aigriſſent aiſement par un trop long ſéjour dans les premieres voyes, ſont, tous les fruits, le lait, le miel, toute la pâtiſſerie, les vins ou doucereux, ou de toute eſpece, le vin doux, les liqueurs miellées, & le pain tirant à l'aigre; & ceux qui ſe corrompent facilement, s'ils ſéjournent trop long-tems dans les premieres voyes, ſont principalement les viandes bouillies. Car aucune eſpece d'alimens n'eſt plus ſujette à la corruption que les viandes. Ce n'eſt donc point ſans raiſon que, dans toutes les maladies aigues, & lorſque les premieres voyes ſont farcies de ſucs impurs, la nature nous a donné du dégoût pour les viandes, & que les Medecins, ſe conformant à ſes vûes, interdiſent aux malades les bouillons nour-

rissans. Car il est étonnant combien ces alimens favorisent la corruption, qui est la cause formelle de la malignité. Il est donc fort avantageux de s'abstenir de manger de la viande dans la peste, & les maladies épidemiques; & au contraire on retire alors beaucoup d'avantage de l'usage des acides legers, qui resistent beaucoup à la putrefaction. Il ne faut point au reste étendre ce principe au-delà de ses bornes. Je ne parle ici que des personnes foibles, attaquées de fievre, ou dont les liqueurs sont gâtées de beaucoup d'impuretés; c'est aussi d'eux qu'Hippocrate a dit il y a long-tems, que *plus on nourrira les corps mal sains, & plus on leur fera de tort* (a). Ce qui contribue encore plus à causer une putrefaction dans le corps, ce sont les poissons corrompus, les viandes passées, ou corrompues, ou celles qui viennent d'animaux attaqués de quelque maladie.

(a) *Impura corpora quo plus nutries, eo magis lædes.* Hipp.



CHAPITRE V.

Des alimens propres à corriger les qualités nuisibles des autres.

I. IL n'y a point de meilleur antidote contre les alimens nuisibles, que la force & la santé du corps, puisque la chaleur, le mouvement, la tension, la vigueur des fibres est capable de les faire sortir par les excretoires convenables, avant qu'ils ayent eu le tems de nuire.

II. Il y a aussi plusieurs alimens qui corrigent les dispositions nuisibles des autres, & les empêchent de se développer dans le corps.

III. Les principaux de ces correctifs sont les boissons chaudes, comme le thé, le caffé, ou autres teintures de plantes de même nature, tirées par le moïen de l'eau bouillante, & prises après la digestion finie.

IV. L'eau chaude, chargée de la teinture des plantes fortifiantes, délaïe, dissoud, incise, déterge les crudités mucilagineuses, visqueuses, acides, que la digestion a laissées dans les premieres voies, & qui se sont attachées aux

membranes, & au velouté des inteſtins ; elle facilite par conſéquent leur deſcente dans les gros inteſtins, elle previent le danger que cauſeroit leur acreté, & les gonflemens dont elles ſeroient cauſes.

V. L'uſage du caffé n'eſt pas ſeulement avantageux à raiſon de la chaleur de l'eau, qui ſert à tirer ſa teinture ; mais ſon principe terreux, amer, alkalin, & huileux, détache les impuretés acides & viſqueuſes adherentes au velouté des inteſtins, & matte la force des acides.

SCHOLIE.

Il paroît par-là que ce n'eſt point ſans raiſon que l'on recommande l'uſage de l'eau chaude, & les infuſions, faites à la maniere du thé, de plantes qui ont beaucoup de vertu, comme les aromatiques ; & qu'il eſt très-avantageux, pour vû qu'on ne s'en ſerve pas immediatement après avoir mangé, ou dans le tems même des repas. Ce qui rend cette pratique ſi avantageuſe, c'eſt que ces teintures, conſervant la fluidité de toutes les liqueurs, tiennent tous les excretoires ouverts, accelerent la circulation du ſang, & entretiennent

par ſon moïen toutes les excretions, & principalement la tranſpiration.

VI. Les aſſaiſonnemens qu'on donne aux alimens contribuent beaucoup à les rendre ſalutaires, ou à les empêcher de nuire.

VII. On peut très-bien rapporter tous les aſſaiſonnemens à trois eſpeces; les ſels acres & huileux, plus ou moins volatils; les ſels acides; & les ſalés.

VIII. La premiere claſſe, c'eſt-à-dire, celle des aſſaiſonnemens qui contiennent un ſel huileux & volatil, comprend tous les aromàtes, le poivre, le gingembre, le geroſle, la cannelle, la graine de paradis, la muſcade, le macis, les écorces d'oranges, & de citron; & parmi les plantes qui contiennent un ſel volatil huileux, la graine de moutarde, les feuilles de creſſon, de cochlearia, le raifort ſauvage, la racine de grand raifort, toutes les eſpeces d'oignons, d'ail, de poireaux, le cumin, l'anis, l'anet, le thim, la ſariette, la marjolaine, le baſilic, l'origan de Crete, la ſauge, le perſil, le panais, la racine de chicorée, la pimprenelle, la paſſerage, la raiponce, l'armoiſe, les feuilles de laurier & de mirthe, les baïes de laurier & de genievre, & beau-

coup d'autres mixtes de ce genre.

SCHOLIE.

Tous ces mixtes divisent parfaitement les liqueurs épaisses, ou les incisent; aident la digestion; dissipent les vents; aident les excretions qui se font par les intestins, & celles qui se font par les reins, & les pores de la peau.

IX. Les correctifs acides sont le vinaigre de vin, le vin même, le jus de citron, d'orange, le verjus, les capres confites au vinaigre.

SCHOLIE.

Les acides employés moderement, excitent l'appetit, aident la digestion, & la dissolution des alimens, sur-tout s'ils sont durs & compacts, & resistent puissamment à la putrefaction.

X. Le sel commun se rapporte aux assaisonnemens salés. On doit le regarder comme le premier de tous. Sans lui toutes les viandes perdent l'agrément de la saveur, ont de la peine à se dissoudre dans l'estomac, & à se changer en sucs analogues à ceux du corps. Aussi tout ce qui est bien assaisonné de sel comme les harangs, les anchois, les olives, & les écorces de citron confi-

tes au ſel, ont le même effet.

SCHOLIE.

Tous les ſels neutres aident la digeſtion, en partie, parce qu'ils diviſent les liqueurs mucilagineuſes; d'ailleurs leur picotement tient le ventre libre, facilite la ſecretion de l'urine, & accelere conſiderablement toutes les excretions, de l'integrité deſquelles dépend la conſervation de la ſanté.

XI. Ce qui contribue encore beaucoup à empêcher la quantité, & la qualité des alimens d'être nuiſibles, c'eſt de les prendre dans l'ordre convenable.

XII. Il ne convient point de commencer le dîner, ou le déjeuner, par des choſes douces, graſſes, la pâtiſſerie, ou le laitage; parce que tout cela affoiblit, & énerve conſidérablement la force diſſolvante de l'eſtomac.

XIII. Il eſt bien plus avantageux à la ſanté de commencer le dîner par des alimens un peu ſolides, ou même endurcis, & ſalés; par des vegetaux, comme les herbes potageres, ou les légumes; parce que ces alimens ont beſoin pour être diſſouts, de toute la force, & la vigueur du ferment ſalivaire. Enſui-

te on mangera des viandes, puis de la pâtisserie, des choses douces, des fruits, & du beurre, qui contribuent beaucoup à faire descendre plus promptement dans les intestins les alimens digerés.

XIV. Le souper doit être composé d'alimens aisés à digerer, autrement leur séjour dans l'estomac y causeroit des gonflemens, & troubleroit le sommeil.

SCHOLIE.

Il vaut donc mieux prendre au souper du bouillon, & des alimens bien nourrissans, comme les œufs à la coque, parce que la nutrition se fait parfaitement bien la nuit; & s'abstenir exactement de tous alimens durs, pesants, doux, & de ceux qui gonflent, ou renferment des sucs corrosifs, acres, & acides.

XV. Il faut éviter avec grand soin le mêlange des alimens doux avec les acides, ou les liqueurs capables de fermenter, comme la bierre nouvelle.

SCHOLIE.

Nous avons vû ce deffaut d'attention causer des passions bilieuses, des tranchées, & des coliques cruelles, accom-

pagnées de danger, ſur-tout dans des temperamens foibles, bilieux, & ſujets aux mouvemens de colere.

XVI. Une des plus pernicieuſes fautes contre le régime, eſt de faire entrer dans un eſtomac noïé de crudités acides, le laitage, beaucoup de fromage, des bouillies faites avec les pois, le millet, le ris, & le lait, ou de prendre avec ces alimens des vins acides ou auſteres, des fruits aigrelets, ou confits au vinaigre; parce ce mêlange produit de fermes coagulations, dont la diſſolution coute beaucoup de peine, & qui cauſent de ſérieuſes incommodités.

SCHOLIE.

Il eſt inconcevable quel trouble ces alimens & laitages, qui demandent un eſtomac dégagé de toute impureté, ſur tout acide, cauſent dans les premieres voyes, à raiſon des vents, & des convulſions qu'elles y excitent. Et l'on n'aura pas de peine à concevoir comment on en eſt d'autant plus incommodé, qu'on eſt d'un temperament plus foible, & naturellement plus diſpoſé à ces accidens.

XVII. On ne cauſe pas moins de dommage à la digeſtion en prenant des

liqueurs ſpiritueuſes, ou de l'eau-de-vie, après le laitage, les alimens doux, la pâtiſſerie, les alimens durs, & mucilagineux.

SCHOLIE.

C'eſt une très-mauvaiſe coutume, quoique bien établie, de prendre, dans la vûe d'aider la digeſtion, des liqueurs ſpiritueuſes après des alimens durs & compacts. Car loin que les ſpiritueux aïent la faculté de diſſoudre, ils augmentent encore la dureté, la roideur, & la denſité des alimens, & en outre épaiſſiſſent, & coagulent le chyle & le ſang.

XVIII. Quoiqu'il y ait beaucoup d'alimens nuiſibles, le danger diminue, ſi on les prend en petite quantité, ou mêlées avec d'autres.

SCHOLIE.

Comme le trop, ſoit à raiſon de la quantité, ou de la qualité, eſt toujours dangereux, le peu ne l'eſt pas beaucoup, bien qu'il le ſoit de ſa nature. Je blâme donc plûtôt le grand uſage, ou la grande quantité des alimens nuiſibles, que je n'entens les proſcrire entierement, ſi l'on en uſe moderement,

& ſur-tout, ſi l'on eſt d'un bon tempérament, qu'on faſſe exercice, ou qu'on y ſoit habitué. Car il faut remarquer avec Hippocrate, qu'il faut donner quelque choſe à l'habitude, & *que les choſes auſquelles on eſt accoutumé depuis long-tems, font moins de mal, quoique leur nature ſoit plus malfaiſante, que celles auſquelles on n'eſt point accoutumé* (a).

(a) *Conſueta multo tempore, etiamſi deteriora fuerint, inconſuetis minus moleſtare ſolent.* Hipp. *Aph.* 50. *Sect.* II.

CHAPITRE VI.

En quoi conſiſtent les diſpoſitions ſalutaires, ou nuiſibles des alimens liquides.

I. LEs alimens liquides ne ſont pas moins neceſſaires à l'entretien de la vie des hommes, que les ſolides ; parce que le ſolide, & le liquide, ſont les deux principaux élemens des liqueurs deſtinées à conſerver la vie.

II. Le ſang qui manque par la fluidité, ne peut paſſer par les plus petits vaiſſeaux; la circulation ne peut donc ſe faire ; & par conſequent la vie ne peut ſe conſerver ſans liquide.

III. Sans humide, point de nutrition,

tion, de mouvement progreſſif des liquides, de generation, de ſecretions, d'excretions, de fluidité, d'union des ſolides, ou de mêlange, dans le regne vegetal, comme dans l'animal. L'eau eſt donc la principale partie des liqueurs vitales, & du ſang.

IV. La proportion des fluides aux ſolides du ſang exactement analyſé au ſortir de la veine, eſt environ comme 3 à 1. d'où il ſuit naturellement que le liquide contribue plus à l'entretient de la vie, que le ſolide, & que la boiſſon eſt preferable aux alimens ſolides.

SCHOLIE.

Il eſt difficile que la trop grande quantité de boiſſon nuiſe, pourvû qu'elle ſoit ſaine, & qu'elle ne ſoit pas contraire au mêlange des liqueurs qui entrent dans la compoſition des corps animaux. C'eſt ce qu'on ne peut dire également des ſolides. De-là vient le proverbe que le boire fait mourir plus de monde, que le manger.

V. On doit donc regarder la boiſſon de l'eau, qui eſt la plus ancienne, la premiere, & la plus univerſelle, comme la plus propre à la conſervation de la vie, & de la ſanté.

SCHOLIE.

L'eau eſt la boiſſon non-ſeulement de tous les animaux, mais de la plus grande partie des hommes. Il n'y a que peu de peuples des Païs Septentrionaux qui boivent de la bierre.

VI. La boiſſon de l'eau eſt plus ſalutaire que toute ſorte de bierre, & autres liqueurs artificielles; parce que l'eau eſt pure, ſimple, fluide, & que toutes les autres boiſſons ſont chargées de beaucoup de parties heterogenes, & groſſieres.

SCHOLIE.

La bierre, & le vin, ſont chargés de beaucoup de parties acides & ſpiritueuſes, gélatineuſes, nourriſſantes, ſolides, & ſalées; ce qui fait que ces liqueurs ſont nourriſſantes, & qu'au lieu de donner au ſang beaucoup de fluidité, & de tenir ouverts les vaiſſeaux excretoires, elles épaiſſiſſent les humeurs, & cauſent des obſtructions dans les petits vaiſſeaux.

VII. L'eau étant plus legere, plus fluide, plus deliée, plus mobile, capable de diſſoudre plus de parties des corps ſolides, de les tenir en diſſolu-

tion, & de s'en charger, que toute autre liqueur plus pesante, & dont le poids vient de ce que ses pores sont remplis, est plus propre que tous les autres liquides, à donner de la fluidité aux humeurs, à extraire des alimens leurs parties utiles, à ouvrir les vaisseaux obstrués, à dissoudre les sucs visqueux, à faire sortir les excremens salins, & enfin à porter le suc nourricier dans le tissu le plus intime des parties.

VIII. Une eau bien pure, chaude ou froide, bue quand la digestion est faite, le matin, ou avant de se coucher, fait beaucoup de bien à la santé.

SCHOLIE.

Nous ne pouvons trop recommander aux personnes accoutumées au vin, ou à la bierre, si leur santé leur est précieuse, & qu'elles veulent prevenir des maladies serieuses, de faire usage de l'eau pure & simple, froide, ou chaude, chargée de la teinture de plantes convenables. Nous conseillons cependant l'eau froide pour l'été, & les temperamens chauds. Il ne faut point apprehender l'usage de l'eau chaude. Elle ne nuit jamais; au contraire elle est toujours utile: car elle corrige les cru-

dités qui ſe trouvent dans le ventricule, & les premieres voies, après la digeſtion ; elle déterge les orifices du velouté des inteſtins, & de leurs glandes ; elle délaïe les ſucs mucilagineux, les ſels excrementeux, & la pituite bilieuſe ; elle aide merveilleuſement la circulation du ſang, & toutes les excretions. On doit donc regarder la bonne eau, comme un remede préſervatif contre toutes les maladies.

IX. C'eſt une experience conſtante que les buveurs d'eau ſont plus ſains, vivent plus long-tems, & mangent plus que ceux qui uſent de bierres.

SCHOLIE.

Une ſuite d'experiences qui ne s'eſt jamais démentie, prouve que les buveurs d'eau ont les dents fermes, & blanches ; au lieu qu'elles ſont plus attaquées de carie, qu'elles ſe gâtent aiſement, & perdent l'agrément de la blancheur, dans les perſonnes qui ſont habituellement uſage de boiſſons épaiſſes, doucereuſes, ou qui ſont attaquées de maladies ſcorbutiques. Preuve certaine que l'eau préſerve de ce mal, en purifiant les ſucs vitaux des parties excrementeuſes, & capables de les cor-

rompre. Je ne fais même aucun doute que l'usage de la bierre ne soit en très-grande partie cause du scorbut si commun dans les Païs Septentrionaux, & tellement propre à ces Païs, qu'il n'y en a point de vestige dans ceux où l'eau est la boisson ordinaire. On trouve dans les Mélanges de l'Academie des Curieux de la Nature (*a*), une observation très-remarquable, d'un veillard de cent vingt ans, encore vigoureux, qui avoit toutes ses dents dans un âge si avancé; avantage qu'on ne pouvoit attribuer, qu'à l'usage de l'eau sortant des rochers, & des sources pures, dont il avoit fait ses délices dès sa plus tendre jeunesse. On rapporte du Jurisconsulte André Tiraqueau, qu'il ne buvoit que de l'eau; ce qui ne l'empêcha pas de faire quarante enfans, & autant d'ouvrages. L'experience prouve encore que ceux qui en font leur seule boisson, conservent la vie plus long-tems que ceux qui boivent du vin, ou de la bierre.

X. L'eau est d'autant plus salutaire, qu'elle est plus pure, plus legere, & plus subtile; & au contraire elle l'est d'autant moins, qu'elle est plus pésan-

(a) *Dec. I. A. III. Obs.* XV.

te, & plus chargée de parties heterogenes.

SCHOLIE.

La raiſon en eſt ſimple : plus l'eau eſt legere, pure, & ſimple, plus elle contient de matiere étherée dans ſes pores, & par conſequent plus elle eſt propre à la production du ſuc nerveux, à la diſſolution des parties viſqueuſes, à l'extraction du ſuc chyleux, à déterger, & porter hors du corps les impuretés excrementeuſes. On connoît parfaitement la pureté & la legereté des eaux au moyen du cilindre ſtatique de notre invention, ou par le mêlange des diſſolutions metalliques, ou des ſels alkalins. Les eaux chargées de parties heterogenes, ſur-tout de parties de chaux, ſe troublent auſſi-tôt qu'on y verſe de l'huile de tartre par défaillance, deviennent laiteuſes, & dépoſent un ſédiment.

XI. L'eau de pluie, n'étant qu'une eau diſtillée, eſt plus ſubtile, & plus legere que toutes eaux de fontaines, ou de riviere.

SCHOLIE.

Cette verité étoit connue d'Hippo-

crate, & de Celſe. Mais ce n'eſt point dans les Villes qu'il faut ramaſſer cette eau. C'eſt à la campagne, & dans les lieux élevés, dans des endroits dégagés, & découverts: puis il faut la conſerver renfermée dans des vaiſſeaux de terre, ou de verre, mis dans un lieu frais, après qu'elle aura dépoſé ſon ſédiment.

XII. La meilleure eau après celle de pluie, eſt celle de fontaine; celle de riviere tient le troiſiéme rang; celle de puits eſt peſante, & peu ſalutaire, quoique meilleure que l'eau de neige, ou de glace; celle des lacs eſt encore pire, & celle de marais eſt la plus mauvaiſe, & la plus peſante.

Scholie.

Celſe a grande raiſon de dire en parlant de la bonté de l'eau, & des marques auſquelles on la connoît: *il faut prendre l'eau legere au poids, & parmi celles qui ſont de poids égal, on doit leur aſſigner le degré de preference à proportion qu'elles s'échauffent & ſe refroidiſſent plus vîte, & qu'elles cuiſent plus promptement les légumes* (a). On peut conſulter ſur les dif-

(a) *Levis aqua pondere appareat, & ex his*

ferences des eaux, legeres ou pesantes; legeres ou dures, salutaires ou nuisibles, ma *Dissertation sur l'eau, remede universel* (b), & le Tome second de mes *Opuscules Physico-Medicinaux* (c).

XIII. L'eau chargée d'impuretés qui la rendent nuisible, se corrige parfaitement bien en la faisant bouillir, mais légerement; en la faisant distiller; ou par le mêlange de differentes choses.

SCHOLIE.

Quand on fait bouillir l'eau pendant long-tems, toutes ses parties les plus subtiles s'envolent, & il ne reste que les plus épaisses. Car toutes les parties dont l'eau est composée ne sont pas également pesantes, & subtiles. Aussi voit-on que le caffé est beaucoup meilleur, quand on le laisse peu bouillir. La distillation precipite au fond les parties les plus terrestres, & les plus pesantes. C'est ce qui paroît évidemment quand on fait évaporer, à chaleur douce, de l'eau

quæ pondere pares sunt, eo melior quæque est quo celerius & calefit, & frigescit, quoque celerius ex ea legumina percoquuntur. Cels. *l. II. c.* 18.

(b) *Dissertatio de aqua Medicina universali.*

(c) *Opuscula Physico-Medica.* Tom. 2.

dans

dans un plat. En Sicile on dépure l'eau de marais, en la coulant par une pierre que les habitans appellent philtre. L'eau passe claire, & lympide, par ses pores de cette pierre, qui arrêtent les impuretés terrestres dont elle est chargée. On remedie encore aux mauvaises qualités des eaux, en y ajoutant du vin, de l'eau-de-vie, du jus de citron, du vinaigre de vin, une croûte de pain, de l'argille rôtie, ou de la corne de cerf brûlée.

XIV. Il n'y a pas d'eau moins salutaire que celle de lac, de marais, ou de neige.

SCHOLIE.

Les eaux qui ne coulent point, & sont exposées à la chaleur du soleil, ont un commencement de putrefaction; elles engendrent une quantité de petits insectes; elles se chargent de beaucoup de terre grasse, & visqueuse; ce qui fait non-seulement qu'elles prennent une mauvaise odeur, mais qu'elles deviennent plus pesantes, & laissent beaucoup de sédiment par l'évaporation, pendant laquelle, ce qui est remarquable, elles lâchent beaucoup de bulles avec quelque bruit. Les eaux de neige, ou de glace, sont plus pesantes que la commu-

ne, parce que la congellation change le tiſſu de l'eau, & que les parties étherées & les plus ſubtiles ſe ſéparent tellement des liquides les plus peſantes qu'elles s'évaporent auſſi-tôt que la glace vient à ſe fondre, ou qu'on la tranſporte dans un lieu chaud. C'eſt ce qui fait que l'eau tirée de la glace fondue diminue en quantité, & peſe moins qu'elle ne faiſoit avant qu'elle ſe fût glacée.

XV. Puiſqu'on doit regarder les liquides comme d'autant plus ſalutaires qu'ils ſont plus ſubtils, plus purs, & qu'ils paſſent plus aiſement par les excretoires, & les plus petits vaiſſeaux du corps, on doit regarder comme les meilleures bierres celles qui ſont ſpecifiquement plus legeres, qui ne ſont point fort épaiſſes, ou chargées de houblon, ou de ſubſtance nourriſſante, en un mot, celles qui paſſent aiſement par l'eſtomac & les excretoires, & qui ſe rendent promptement par la veſſie.

SCHOLIE.

La mauvaiſe qualité des bierres eſt certainement cauſe de pluſieurs maladies ordinaires dans certains païs; & de leur bonne, ou mauvaiſe qualité, dépend la

diſpoſition ſaine, ou maladive de leurs habitans. Ceux qui font leur objet de la conſervation de la ſanté des hommes, ne peuvent donc faire trop d'attention à la diſpoſition de cette boiſſon.

XVI. La meilleure bierre eſt celle qui ne rend pas la tête peſante, qui n'aigrit point dans l'eſtomac, qui ne cauſe point de gonflement des hypochondres, & qui paſſe promptement par l'urine.

SCHOLIE.

Puiſque ce ſont là les marques d'une bierre ſaine, le contraire ſera la marque d'une bierre mal conditionnée.

XVII. Une des premieres conditions pour faire de bonne bierre, eſt d'y emploïer de bonne eau; la ſeconde d'y mettre une quantité convenable d'ingrediens, & de la faire cuire comme il faut; & la troiſiéme de la faire bien fermenter.

SCHOLIE.

Mieux l'eau de la fontaine eſt conditionnée, & meilleure eſt la bierre qu'on en fait; plus l'eau eſt legere, mieux elle fait l'extraction des ingrediens qui entrent dans ſa compoſition,

& mieux elle fermente. Une longue coction contribue à rendre la bierre salutaire; elle adoucit la ſustance nourriciere de l'orge, & la meurrit en quelque ſorte, & donne au houblon le tems de lâcher ſon ſouffre groſſier, & vaporeux, & à ce ſouffre celui de s'évaporer. Enfin la fermentation ſepare les parties épaiſſes, des plus legeres, & précipite les premieres.

XVIII. Toute bierre épaiſſe, trouble, feculente, trop peu fermentée, acide, qui n'a pas été ſuffiſamment cuite, rend la tête peſante, engendre des vents, des obſtructions, cauſe une difficulté d'uriner, l'aſthme, & la colique.

XIX. Les vins doux, ou ſpiritueux, acides, ou temperés, ne fourniſſent point une boiſſon convenable à la nutrition, & à l'entretien des parties ſolides, & fluides du corps; parce que leur mêlange, ou les principes qui entrent dans leur compoſition, ſont entierement differens de la temperature du ſang.

XX. On doit donc ranger les vins dans la claſſe des medicamens, ou des alimens medicamenteux, propres à aider conſiderablement la digeſtion des alimens, l'excretion de leurs parties

heterogenes, & le rétabliſſement des forces, & de la chaleur.

SCHOLIE.

Le vin merite, ſans doute, une place diſtinguée entre les remedes les plus efficaces. En effet, il n'y en a gueres dans la nature qui ait tant de vertu. Acide, ſpiritueux, temperé, un bon vin a l'avantage, étant pris moderement, & avec prudence, de fortifier l'eſtomac, & le corps, & d'accelerer la circulation du ſang. Saint Paul a donc eu raiſon d'en recommander un uſage moderé, pour rétablir un eſtomac affoibli.

XXI. Le vin acide, & ſpiritueux, reveille dans tout le corps les mouvemens vitaux de ſyſtole, & de diaſtole; il augmente, par conſéquent, la chaleur, & la velocité du ſang. Son uſage convient donc à ceux dont les forces ſont abbattues; qui ſont d'une complexion foible, froide, & humide; qui ont pris beaucoup d'alimens crûs, & humides; qui menent une vie ſedentaire, & ont perdu leurs forces par quelque cauſe que ce ſoit.

XXII. Il n'en eſt pas de même de ceux qui ont beaucoup de chaleur,

comme les enfans, les jeunes gens; ceux qui ſont d'un temperament chaud, qui font beaucoup d'exercice, dans les chaleurs de l'êté, de ceux qui ont l'eſprit vif, & le pouls vîte. Car l'uſage du vin ne leur convient point, ſur-tout quand il eſt pris ſans menagement.

SCHOLIE.

Puiſque la nature, ou la ſanté, & l'ordonnance des mouvemens du corps, demande un mouvement temperé du ſang, le frequent uſage du vin, pris ſans moderation, eſt extrêmement propre à détruire la ſanté, en augmentant plus qu'il ne faut la chaleur, & le mouvement des liqueurs.

XXIII. Le bon vin pris moderement, aide merveilleuſement la digeſtion, & la tranſpiration des alimens cruds.

SCHOLIE.

Il convient donc de faire uſage du vin pendant qu'on mange des fruits, les differentes eſpeces de poiſſons, même ceux de mer, les legumes, ſur-tout ceux qui gonflent, & même après avoir mangé de ces choſes.

XXIV. Le meilleur vin, & le plus

ſalutaire, eſt celui qui n'eſt ni trop ſpiritueux, ni trop acide, mais d'une nature temperée ; qui n'appeſantit point la tête ; qui ne nage pas dans l'eſtomac, n'y aigrit point, & paſſe promptement par l'urine, & la tranſpiration.

SCHOLIE.

Les vins doux font beaucoup de ſang, & cauſent la plethore ; les ſpiritueux agitent trop les humeurs ; les acides, & ceux qui ſont trop chargés de tartre, s'aigriſſent, & nagent aiſement dans l'eſtomac. Ceux qui ont beaucoup de ſouffre vaporeux, attaquent la tête, & affoibliſſent les nerfs ; ce qui fait que leur uſage trop frequent, diſpoſe à beaucoup de maladies, & de maladies très-ſerieuſes.

XXV. Le vin, étant plûtôt un remede qu'un aliment, ne doit donc jamais être emploïé qu'avec menagement ; & comme, étant emploïé d'une maniere convenable, il eſt un remede excellent, l'abus qu'on en fait eſt nuiſible, & détruit la ſanté.

SCHOLIE.

L'experience prouve que ceux qui boivent beaucoup de vin, & commen-

cent à boire dès leur jeunesse, vivent moins; & au contraire que la boisson de l'eau, & l'abstinence du vin, prolonge la vie à beaucoup de nations.

XXVI. Le vin trempé avec de l'eau pure, tel qu'étoit tout celui dont les Grecs faisoient usage, est plus avantageux à la santé, que le vin pur.

SCHOLIE.

On ne peut trop louer la coutume où étoient les Anciens, de proportionner avec beaucoup d'attention la dose du vin qu'il faut mêler à l'eau, à la difference des temperamens, des saisons, & des âges; de sorte qu'ils mettoient quelquefois deux tiers d'eau, quelquefois plus, & quelquefois moins. C'est aussi la judicieuse remarque de Tackius, donc voici les paroles : *C'est grand dommage que dans le siecle present l'usage si judicieux des Anciens de tremper leur vin, soit aboli, au préjudice des hommes. Car le mélange de l'eau affoiblit la force nuisible des esprits de cette liqueur, fournit un vehicule aux parties terrestres qui facilite leur sortie par les ureteres, & empêche les esprits du vin de causer si aisement la coagulation des liqueurs, ausquelles ils se mêlent* (a).

(a) *Dilutum aqua merum, ut antiquis præ-*

Il faut cependant prendre garde de rafraichir le vin avec la glace, ou la neige, ſur-tout pendant l'été; parce que la froideur qu'elle lui communique bleſſe aiſement le mouvement periſtaltique de l'eſtomac, & des inteſtins, & devient une cauſe occaſionelle de maladies aigues, & chroniques.

XXVII. Parmi les vins ſpiritueux, celui de Hongrie merite la préference, & convient ſur-tout à ceux à qui les aliment aigriſſent aiſement dans l'eſtomac, & qui ſont ſujets aux maladies chroniques.

XXVIII. Une quantité un peu abondante d'un bon vin devient un remede pour certains ſujets, en augmentant les excretions qui ſe font par le ventre, l'urine, & la tranſpiration.

SCHOLIE.

Les vins moïennement forts de la Moſelle, & du Rhin, ont un avantage, qu'étant pris, même en aſſez grande

ferri cœpit, ſic dolendum hodierno ſæculo id ipſum in mortalium detrimentum evileſcere cœpiſſe; cum ſic nocituri ſpiritus frangantur, fæculentiaque terreſtres rectius ad ureteres, mediante lympha, deducantur; nec tam cito coagulationi ſpiritus vini pareat, ſi ſit temperatus. Tack. *Chryſog. anim. & miner. p. 99.*

quantité, ils rendent le vendre libre; font uriner, & augmentent la transpiration. Ainsi, loin de nuire aux temperamens humides, & qui ont beaucoup d'humeurs indigestes, ils leur sont souvent utiles. Il faut cependant toujours de la moderation, & de la prudence.

XXIX. On peut permettre un usage moderé de l'eau-de-vie au défaut de vin, pour reveiller la chaleur dans les corps humides, sur-tout en adoucissant la force de l'eau-de-vie avec le sucre.

CHAPITRE VII.

De la moderation dans l'usage des alimens; moïen le plus sûr pour conserver la santé.

I. IL n'y a pas de moïen plus efficace pour prolonger sa vie, & conserver sa santé, que la moderation dans l'usage des alimens convenables à la disposition du corps.

SCHOLIE.

Car tout ce qui est renfermé dans les bornes de la moderation, convient parfaitement à la nature de nos corps,

comme tout ce qui excede lui est contraire. Un mouvement égal, & moderé du cœur, & des arteres, entretient la santé, qui demande une quantité convenable, & moderée, du sang, & des liqueurs, quantité qui ne péche par excès, ni par défaut. La moderation est sur-tout necessaire dans l'usage des alimens. Ce qui fait dire si sagement à Hippocrate, *l'homme qui boit, & mange peu, n'est jamais malade* (a). Et ailleurs, *le vrai moïen de conserver sa santé est de ne pas se charger d'alimens, & de travailler beaucoup* (b). De-là vient aussi cet excellent proverbe, *peu d'alimens, peu de Medecins* (c). Les Philosophes des premiers tems, à la tête desquels nous mettrons Platon, & Socrate, ont prolongé leurs jours jusqu'à un âge avancé, par une vie simple, & frugale. La sobrieté étoit la premiere leçon de la Philosophie de Pythagore. Platon dit dans son *Charmis*, que la temperance est la sauve-garde de la vie, & dans son *Gor-*

(a) *Si homo parum edit, & parum bibit, in nullum morbum incidit.* Hipp. *lib. de morb.* §. 20.

(b) *Sanitatis studium est non satiari cibis, & impigrum ad laborem esse.* Hipp. *l.* VI. *Epid.*

(c) *Modicus cibus, modicus medicus.*

gias, il recommande principalement la pratique de cette vertu, à ceux qui veulent vivre heureux, & conserver leur santé. On peut aussi consulter Seneque dans sa XCI. Lettre, où il fait l'énumeration d'une quantité de maladies très-dangereuses, qui viennent de l'incontinence. Je finirai par l'exemple du celebre Venitien Cornaro, dont un regime toujours très-exact a prolongé la vie jusqu'à cent vingt ans; preuve indubitable de l'efficacité d'un regime simple, & frugal, pour entretenir long-tems la santé, & la vie.

II. Comme un regime moderé est extrêmement utile à la conservation de la santé, & de la vie, la trop grande quantité d'alimens préjudicie à l'une, & à l'autre, de beaucoup de manieres.

SCHOLIE.

Celse remarque fort judicieusement, qu'*il n'est jamais sûr de se rassasier d'alimens* (a). C'est aussi la décision d'Hippocrate, qui *défend l'excès en toutes choses comme pernicieux au corps* (b). En effet,

(a) *Ubi ad cibum ventum est, nunquam tuta est nimia satietas.* Cels. *lib.* I. *c.* II.

(b) *Neque aliud quicquam bonum est, quod naturæ modum excedit.* Hipp. *Aph.* IV. *sect.* II.

une trop grande quantité d'alimens ne ſe digere pas bien dans l'eſtomac, & ne peut ſe changer en chyle louable. Ce chyle, d'ailleurs, ne peut recevoir dans le ſang le dégré de perfection qui lui eſt neceſſaire, & devient par-là peu propre à la tranſpiration. Or, puiſqu'il doit y avoir ſans ceſſe, une juſte proportion entre la force motrice, & le corps à mouvoir, pour qu'il en réſulte un mouvement convenable, cette proportion étant dérangée, il faut que le mouvement s'en reſſente; & cette proportion eſt dérangée dans le corps, toutes les fois que les ſucs ont plus de reſiſtence, que le cœur, & les fibres, n'ont de force motrice.

III. La ſur-abondance de ſucs, non-ſeulement étend outre meſure les membranes, & les paroîts des inteſtins, & de l'eſtomac, mais auſſi les fibres motrices des arteres, & du cœur; ce qui diminue leur reſſort, & leur force de contraction, & neceſſairement eſt ſuivi du rallentiſſement de la circulation.

IV. Le rallentiſſement de la circulation des liqueurs, eſt cauſe que la matiere des excretions reſte dans le ſang, que les ſucs s'amaſſent en trop grande quantité, qu'il s'engendre des crudités,

& qu'il se fait des stagnations, source feconde d'une infinité de maladies.

SCHOLIE.

Hippocrate (*a*) a très-bien remarqué que la trop grande quantité d'alimens cause des maladies, & les Medecins appellent avec raison un estomac insatiable, un égout pernicieux, & la source de toutes les maladies de l'ame, & du corps. C'est aussi ce qui a donné lieu au proverbe, que *la bouche fait perir plus d'hommes, que l'épée*. On ne peut en consequence ne pas rendre justice à la sagesse de ces conseils de l'Ecclesiastique : *N'aïez point un goût insatiable pour toute sorte de plaisirs, & ne vous livrez pas sans mesure à celui de la table. La trop grande quantité d'alimens cause des maladies, & cette voracité qui ne se peut rassasier, conduit fort près de la colique bilieuse. Cette voracité a causé la mort à plusieurs* (b). Et dans un autre endroit du même ouvrage on avertit que *des veilles fatigantes*,

(a) *Aph.* 17. *sect.* 1.

(b) *Ne esto insaturabilis omnibus deliciis, neque projectus esto ad escas. Nam multis cibis adhæret morbus, & insatiabilis voracitas maxime accedit ad choleram. Voracitate insaturabili multi mortui sunt.* Eccli. *c.* 37. *v.* 32. *seq.*

des coliques, & des tranchées, ſont le partage des hommes inſatiables(a).

V. La trop grande quantité des alimens les plus ſalutaires, eſt plus pernicieuſe à la ſanté, que leur mauvaiſe qualité, quand on en uſe moderement.

SCHOLIE.

On obſerve que la trop grande repletion détruit la legereté de l'eſprit, & du corps, & cauſe des laſſitudes, des engourdiſſemens, une pareſſe, un aſſoupiſſement, ſur-tout à ceux qui font peu d'exercice. Car tout ce qui eſt exceſſif eſt ennemi de la nature, & dérange la circulation; parce que la trop grande réſiſtance des ſucs détruit la tenſion, & le mouvement des fibres, ce que ne fait pas également un aliment mal ſain pris en petite quantité.

VI. On ne peut appeller dangereuſe, ou nuiſible, aucune quantité d'alimens, conſiderée en elle-même, & abſolument; elle n'eſt telle que par rapport au ſujet qui la prend. Il ne faut donc arbitrer l'abondance des alimens, & des liqueurs, que par rapport aux

(a) *Laborioſæ vigiliæ, & choleræ, torminaque adſunt viro inſaturabili.* ibid. *c.* 31. *v.* 22.

forces motrices dont les corps, & les parties solides ont été pourvûs.

SCHOLIE.

Il faut chercher la proportion qui rend cette quantité innocente, suffisante, ou nuisible dans chaque sujet, en faisant une exacte attention à sa force. Car ce qui excede dans quelques-uns, & attaque leur santé, est moderé dans d'autres, & convenable à leurs dispositions. Hippocrate a donc raison de dire : *Il faut tâcher de se faire un point de vûe certain sur l'administration des alimens. Mais ce n'est ni le poids, ni la mesure qui peut servir de regle. La seule maniere d'acquerir toute la certitude possible, est le sentiment interieur du corps* (a).

VII. Plus les corps sont affoiblis, plus ils sont exposés aux incommodités, qui naissent de la trop grande abondance d'alimens; & plus les corps sont fermes, & robustes, moins on doit craindre le danger qu'elle cause.

(a) *Oportet modum aliquem conjectare. Modum autem, neque pondus, neque numerum aliquem ad quem referas cognosces. Certitudinem enim exactam non reperies aliam, quam corporis sensum.* Hipp. *lib. de Prisc. Med. c.* 15.

SCHOLIE.

SCHOLIE.

On ne peut donc faire trop d'effort pour persuader de suivre un regime austere,& frugal, à ceux qui sont d'un temperament délicat, & sujet aux maladies, ou qui sont affoiblis par la maladie, ou quelque autre cause que ce soit; à moins qu'ils ne veuillent augmenter le mal, tomber dans un état plus dangereux, ou faire une rechute.

VIII. Il arrive presque toujours qu'une grande quantité d'alimens se prend avec beaucoup d'avidité, de sorte qu'on s'en accable en très-peu de tems.

SCHOLIE.

Cette intemperance, & ce desir déreglé de manger, attaquent principalement ceux qui sont convalescens, qui ont fait long-tems abstinence, ou ont souffert de la faim,comme les soldats qui reviennent d'une campagne, ou ceux qui ont les premieres voies chargées d'acides, comme les hypochondriaques, les personnes attaquées de fievres-quarte, les melancholiques, & la très-grande partie des enfans attaqués de vers. La coutume seule fait aussi beaucoup

dans ce cas. Or la foibleſſe du corps, inſeparable de ces differens états, rend très-nuiſible la trop grande quantité d'alimens, en ce qu'elle oppoſe un grand obſtacle à la gueriſon de leurs maladies, en émouſſant, & rallentiſſant l'operation des remedes; tant donc que cette voracité durera, il n'y a aucune eſperance de gueriſon.

IX. L'avidité avec laquelle on mange expoſe neceſſairement au défaut de ne pas mâcher ſuffiſamment, & de laiſſer entrer dans l'eſtomac des alimens extrêmement retifs à l'action de ſon diſſolvant.

SCHOLIE.

La digeſtion demande neceſſairement, que les alimens ſoient ſuffiſamment mâchés; parce que dans cet état, la ſalive, leur vrai diſſolvant, s'y mêle en plus grande abondance, & l'activité de cette liqueur dont ils ſont penetrés, met l'eſtomac plus en état d'achever leur diviſion. Mais y entrent-ils entiers, & cruds, ils ſont obligés de s'arrêter plus qu'il ne faut dans les premieres voies; ce qui engendre des crudités, des gonflemens, & des tenſions de l'eſtomac, & un ſommeil inquiet.

X. La diverſité des mets favoriſe beaucoup la trop grande avidité de manger, & invite à la ſatisfaire. C'eſt pourquoi on ne peut l'éviter avec trop de ſoins.

SCHOLIE.

Sanctorius a donc raiſon de dire : que *la diverſité des viandes cauſe trois maux ; car on mange trop, on digere moins, & on tranſpire moins* (a).

XI. Plus les alimens ſont cruds, & d'un tiſſu compacte, plus ils font de mal; parce que, non-ſeulement leur trop grand gonflement détruit la tenſion du ventricule, mais leur ſuc étant entré dans le ſang, ſe change difficilement en matiere tranſpirable.

SCHOLIE.

Les alimens les plus difficiles à digerer, ſont les chairs des animaux âgés, dures, deſſechées, enfumées, le gros pain, le poiſſon de mer, le porc, l'anguille, les graiſſes, la patiſſerie, les légumes, les fruits confits au vinaigre,

(a) *Tria mala eveniunt ob ciborum varietatem ; nimium comeditur, minus concoquitur, & minus perſpiratur.* Sanctor. *lib. de cib. & pot. Aph.* 51.

les vins durs, les œufs durcis, & plusieurs autres de même espece.

XII. L'avidité de manger, ou la hâte d'avaler des alimens durs, est principalement dangereuse à ceux dont les forces sont affoiblies; car moins il y a de force dans le corps, moins les alimens se digerent, se dissolvent, & se dépurent par la transpiration; ce qui cause des crudités, & des maladies.

SCHOLIE.

On fait tous les jours la triste expérience de cette vérité, que l'avidité de manger porte beaucoup de préjudice aux personnes foibles, au nombre desquelles nous mettrons les femmes en couches, tous les valetudinaires, & les convalescens, & ceux qui ont été affoiblis par de grandes pertes de sang, & même les soldats au retour de la campagne. Car cette avidité les fait tomber dans des maladies très-serieuses, & souvent incurables.

XIII. Il faut prendre autant d'alimens qu'on a perdu de substance, & perdre par les excretions autant de sucs qu'il y en a de digerés dans les secondes voies.

SCHOLIE.

Il ſort autant de ſucs d'un homme ſain & adulte, que les alimens lui en fourniſſent. Il ne faut donc point charger le corps de nouveaux alimens, à moins qu'il n'y ſoit préparé par des excretions ſuffiſantes. Or on connoît la quantité de matiere qui a été évacuée, en partie par le poids du corps, en partie par la legereté avec laquelle il execute ſes mouvemens.

XIV. Sanctorius avance avec raiſon comme un principe, que *ceux qui ſçavent combien il leur faut prendre d'alimens chaque jour, ſçavent auſſi ſe conſerver très-long-tems la vie* (a).

SCHOLIE.

C'eſt ce qu'on peut ſçavoir aiſément. Il ne s'agit que de ne point prendre de nourritures, que celle qu'on a priſe précedemment, ne ſoit entierement digerée, & ſortie par les excretoires. Or on connoît qu'il en eſt ainſi, à la tranquillité du ſommeil, à l'agilité & la legereté de l'eſprit & du corps, à la ſituation

(a) *Si ſciveris quotidie quantum cibi tibi conveniat, ſcias vitam diutiſſime conſervare.* Sanctor. *Lib. II. Aph.* 33.

de l'estomac, qui ne se sent de rien, & lorsque le bas ventre a fait ses fonctions. Si le contraire arrive, on peut être certain que la digestion n'est pas parfaite, & qu'on est menacé de maladie, si l'on n'apporte un prompt secours.

XV. Il vaut beaucoup mieux prendre à plusieurs fois la quantité d'alimens convenables à son temperament, que de prendre le tout en une seule.

SCHOLIE.

Puisqu'il doit y avoir une juste proportion entre le dissolvant, & le mixte à dissoudre, il est évident qu'une quantité déterminée d'alimens prise tout à la fois, ne se dissolvra pas aussi aisément, & aussi exactement, que si on le prenoit à differentes reprises ; car il n'y a point assez de suc salivaire & dissolvant, & de chaleur dans l'estomac, pour dissoudre une si grande quantité d'alimens. Ce qui fait dire à Sanctorius avec beaucoup de raison, *on est plus chargé de huit livres d'alimens pris en une seule fois, que de dix pris en trois fois en un seul jour* (a).

(a) *Magis homo gravatur ab octo libris ciborum semel in die ingestorum, quam à decem tribus vicibus una die assumptis.* Sanctor. *loc. cit. Aph.* 37.

Il n'eſt donc pas avantageux de ne faire qu'un repas ; & il vaut beaucoup mieux en faire deux, un à midi, & l'autre au ſoir. Quant aux enfans, & aux perſonnes foibles, il faut qu'elles mangent ſouvent, & peu à la fois, afin que leur eſtomac ne ſoit pas ſurchargé, & pour menager leurs forces. Il s'établit actuellement un uſage plus avantageux pour donner le tems de vacquer aux affaires, que pour la conſervation de la ſanté, c'eſt de ne faire qu'un repas, & de le faire aſſez complet pour ſuffire pendant vingt-quatre heures. Mais cet uſage n'eſt point de mon goût, par les raiſons que je viens de dire. J'obſerverai en paſſant, que le ſouper doit être leger, & compoſé d'alimens aiſés à digerer, & qui fourniſſent une bonne nourriture. Car le deffaut de mouvement du corps, & le rallentiſſement de celui du ſang, rend la chaleur moindre pendant la nuit ; la tranſpiration eſt égale, mais elle eſt plus lente; au lieu que la nutrition ſe fait parfaitement bien pendant ce tems. C'eſt par cette raiſon qu'une moindre quantité d'alimens de digeſtion aiſée, eſt plus propre pour le ſouper. Or les alimens qui ſe digerent le plus aiſément, ſont les petits poiſſons, les poulets, les

petits oiſeaux, les bouillons, les vegetaux cuits, le pain mollet: mais les chairs endurcies, les anguilles, le poiſſon de mer, les extrêmités des animaux, toutes les choſes graſſes, le fromage, le beurre, les chataignes, & ſur-tout les fruits confits au vinaigre, & les alimens venteux, conviennent moins au ſouper, & doivent en être entierement exclus.

XVI. Plus on prend d'alimens avant que les precedens ſoient digerés, plus on amaſſe de crudités, & plus on oppoſe d'obſtacles à la ſortie de la tranſpiration.

SCHOLIE.

Les alimens qui ne ſont point aſſez digerés, & qui ſéjournent dans l'eſtomac, non-ſeulement cauſent des vents, des gonflemens de cette partie, & de grandes inquietudes, mais deviennent la ſemence, & la matiere des maladies, & ſur-tout des fievres. Auſſi nos Anciens ont-ils remarqué avec raiſon que le deffaut de la premiere digeſtion ne ſe répare ni dans la ſeconde, ni dans la troiſiéme. Et comme la tranſpiration inſenſible eſt le fruit de la troiſiéme digeſtion, elle ſouffre lorſque la premiere

premiere eſt defectueuſe, & que l'eſtomac eſt rempli. Or ſelon Sanctorius, *il n'y a rien de plus funeſte à la ſanté que de prendre des nourritures, avant que les premieres priſes ſoient digerées* (a).

XVII. C'eſt une excellente remarque de Sanctorius, que, *qui mange plus qu'il ne faut, eſt moins nourri qu'il ne faut* (b).

Scholie.

La bonne nutrition ſe fait au moïen d'un ſuc nourricier bien mêlangé, tel qu'il ſe trouve lorſque la tranſpiration a purifié les liqueurs de toutes impuretés excrementeuſes; & comme la trop grande quantité d'alimens eſt principalement contraire à la tranſpiration, elle rend le ſuc nourricier impur, & par conſéquent peu propre à la nutrition.

XVIII. Si la trop grande repletion cauſe tant de mal au corps humain, l'abſtinence abſolue, loin d'être toujours ſûre, l'expoſe ſouvent à des dangers.

(a) *Nulla major peſtis eſt valetudinis, quam cibo non cocto alium cibum aſſumere.* Sanctor.

(b) *Qui comedit magis quam oportet, alitur minus quam oportet.* Idem, *L. I. Aph.* 54.

SCHOLIE.

Tout ce qui s'éloigne du milieu, ou de la modération, eſt contraire à la nature; & comme tout ce qui pêche par excès, ou par deffaut, s'éloigne de la médiocrité, ou de la modération, d'où dépend l'entretien des forces, & la conſervation de la ſanté, il s'enſuit que l'abſtinence parfaite en eſt ennemie.

XIX. La trop grande faim, ou l'abſtinence parfaite abbat extrêmement les forces, & l'experience prouve de plus qu'elle met les hommes dans un danger évident.

SCHOLIE.

Hippocrate dit avec beaucoup de raiſon que *la faim a beaucoup de puiſſance ſur le corps, & qu'elle peut le guerir, l'affoiblir, & le tuer* (a). Un air ſubtil & pur, ne ſuffit pas pour entretenir nos forces. Elles dépendent en partie des alimens groſſiers; ainſi leur eſſence conſiſte dans une matiere ſubtile, qui s'affaiſſe promptement, & que la tranſpiration emporte continuellement. Il faut donc

(a) *Fames magnam potentiam habet in naturam corporis, ipſum ſanandi, debilitandi, & occidendi.* Hipp. *de Priſc. Med.* §. 15.

reparer ſans ceſſe cette matiere par le mêlange d'un air nouveau, & d'un ſuc extrait des alimens ; & ſi l'on néglige cette reſſource, on tombe dans un épuiſement exceſſif, bientôt après ſuivi de la mort. Cette ſeule preuve ſuffiroit pour détruire radicalement la ridicule opinion de ceux qui veulent que les forces, & les mouvemens du corps dépendent d'un principe immateriel. Car, s'il en étoit ainſi, l'air, & les alimens, pourroient-ils les augmenter, les diminuer, les détruire, & les conſerver ?

XX. L'abſtinence convient principalement aux corps pleins de ſucs, gras, & humides, ou qui ont beaucoup de crudités dans les premieres voies.

SCHOLIE.

Rien de plus juſte que ce que dit Hippocrate que *la faim a dans un haut degré la force de guerir les hommes* (a), ſi ce n'eſt ce que dit Celſe, que *rien ne fait plus de bien à un malade, que l'abſtinence faite à propos* (b). Or il y a pluſieurs eſpeces

(a) *Fames magnam potentiam habet ſanandi homines.* Hipp. *de Priſc. Med.* §. 15.

(b) *Nulla res magis adjuvat laborantem, quam tempeſtiva abſtinentia.* Celſ. *Lib. II. c.* 16.

d'abſtinences, comme lorſqu'une perſonne ne prend rien, ou ne prend que peu d'alimens, ou lorſqu'il ceſſe de ſouper, ou au moins lorſqu'il jeûne une fois par ſemaine.

XXI. Comme l'abſtinence faite à propos reveille, & augmente les forces dans les perſonnes replettes; quand elle eſt prolongée trop long-tems, elle les ôte aux perſonnes foibles, & infirmes.

SCHOLIE.

On ne peut méconnoître la verité de cette Sentence de Celſe, *ſi la faim eſt inutile aux perſonnes ſaines, combien le ſera-t-elle plus aux infirmes, & mieux encore aux malades* (a)? Auſſi Hippocrate défend-il la faim à ceux qui ſont affoiblis (*b*).

XXII. La faim diſſout la partie gelatineuſe du ſang, & de la lymphe, diminue la quantité des humeurs, abbat les forces, & rend la tranſpiration languiſſante, en diminuant la quantité du ſang.

(a) *Si fames ſanis corporibus inutilis eſt, quanto inutilior erit infirmis, nedum ægris?* Celſ. *ibid.*

(b) Hipp. *ſect.* II, *aph.* 16.

SCHOLIE.

Puiſque la faim empêche le ſang d'aborder en auſſi grande quantité aux vaiſſeaux excretoires, & qu'il ne peut les tenir ouverts, ils s'affaiſſent, & empêchent la ſortie de la matiere tranſpirable. Le ſang reſte donc dans les vaiſſeaux plus acre, & moins pur. Or que la faim cauſe un dommage, & une foibleſſe conſiderable; c'eſt ce que prouve évidemment l'exemple des ſoldats qui ont manqué de bonnes nourritures, ou ont ſouffert de la faim pendant la campagne. Car la moindre choſe, comme une bleſſure qui ne ſera pas dangereuſe par elle-même, leur cauſe la mort, ou ils tombent dans des fievres malignes, lorſqu'ils viennent à charger leur eſtomac affoibli d'une trop grande quantité d'alimens.

XXIII. Comme la trop longue abſtinence arrête la tranſpiration, elle ſe rétablit, & les forces ſe reparent de plus en plus, lorſque le corps reprend des nourritures.

SCHOLIE.

L'addition de nouvelles liqueurs à celles qui compoſent le ſang, fait qu'il

pénetre jusqu'aux vaisseaux excretoires de la peau ; ce qui fait sortir les parties acres de la transpiration qui y séjournoient, & y étoient arrêtées.

XXIV. Il faut se donner de garde de donner aux sujets épuisés par une longue abstinence une quantité d'alimens de difficile digestion, ou d'alimens trop succulens, & nourrissans ; parce que la conservation de la santé demande qu'il y ait une juste proportion entre les forces du corps, & les alimens qu'on prend.

SCHOLIE.

Hippocrate recommande de *rétablir peu à peu, & non tout à coup, ceux que l'abstinence a affoiblis* (a). Il dit ailleurs, *ce n'est pas peu de chose que de sçavoir regler la quantité d'alimens convenable* (b).

XXV. Ceux qui sont affoiblis par quelque cause que ce soit, doivent prendre peu de nourriture, qui soit aisée à digerer, & propre à la transpiration.

XXVI. Tout ce qui est intemperé, soit salé, acre, acide, spiritueux, crud,

(a) *Per inediam debilitati sensim reficiendi, non vi.* Hipp. *sect. II. Aph.* 7.

(b) *Magna res est quantitas solerti ratiocinatione adaptata.* idem. *L. de Alim.*

ou dur, nuit extrêmement aux personnes foibles, & qui ont souffert d'une longue abstinence; & au contraire, ils se trouvent fort bien de l'usage de tout ce qui est temperé.

SCHOLIE.

Telle est en effet la nature de ce qui est temperé, qu'il rétablit aisement les forces épuisées; au lieu que les alimens intemperés, loin de reparer la perte des humeurs, en augmentent l'acrimonie.

XXVII. Le défaut de boisson, ou sa trop grande quantité, blesse l'integrité du corps, comme la trop grande abondance, ou la trop grande disette d'alimens.

SCHOLIE.

C'est une verité qu'Hippocrate a très-bien connue; tout ce qui s'éloigne de la mediocrité est ennemi de la nature. Ainsi tous ceux à qui leur santé est précieuse, doivent avoir pour devise, *la moderation, & la mediocrité en tout.* Car le sang, pour être propre à l'entretien de la santé, & de la vie, demande une certaine proportion entre ses parties fluides, & solides, laquelle étant dé-

rangée, ou détruite, il faut que ſon caractere benin, & ami de la nature, ſubiſſe les mêmes alterations.

XXVIII. Il faut plus de liquide que de ſolide, pour que la circulation des liqueurs s'accompliſſe, & qu'elles puiſſent ſe faire un paſſage par les plus petits vaiſſeaux ; paſſage d'où dépend la continuité des ſecretions, & excretions. Le trop grand défaut de liquide cauſe donc un préjudice incroïable.

SCHOLIE.

Nous avons prouvé demonſtrativement dans la Phyſiologie, qu'il y a dans le ſang trois parties de fluides contre une de ſolides ; d'où il ſuit neceſſairement que, pour conſerver cette proportion, il faut beaucoup plus boire que manger. Lorſqu'on fait le contraire, le ſang s'épaiſſit, & devient viſqueux, les liqueurs circulent plus lentement, &, venant à s'embarraſſer dans les petits vaiſſeaux, forment des obſtructions, ſuivies des plus grandes maladies.

XXIX. Le défaut de boiſſon précipite beaucoup d'hommes, & ſur-tout de femmes, dans des maladies très-ſerieuſes.

SCHOLIE.

Il eſt inconcevable combien les perſonnes qui menent une vie ſedentaire, & oiſive, entre leſquelles les femmes tiennent le premier rang, ſe font de tort par le défaut d'une boiſſon ſuffiſante. A combien de maladies ne ſe livrent-ils pas? Le ventre ſe reſſerre, la tranſpiration diminue, les viſceres du bas ventre ſe rempliſſent d'obſtructions opiniâtres, le flux menſtruel ſe ſupprime; on tombe dans des affections convulſives, rebelles, qu'on appelle communement hyſteriques, & hypochondriaques; dans toutes celles qu'on appelle communement ſcorbutiques, & ſouvent dans des fievres continues, putrides, & funeſtes.

XXX. Bien qu'il faille plus de parties liquides que de ſolides, pour entretenir la proportion neceſſaire à la bonne qualité du ſang, on peut cependant pécher contre la mediocrité en buvant, ſur-tout ſi la boiſſon n'eſt pas convenable.

SCHOLIE.

J'appelle boiſſon convenable une eau pure, & bien diſpoſée, & toute boiſ-

ſon temperée ; & je dis qu'il eſt très-difficile qu'elle nuiſe à la ſanté, ſi on la renferme dans les bornes de la raiſon. J'appelle boiſſon mal-ſaine la bierre épaiſſe, le vin, l'eau-de-vie ; & je dis que leur uſage abondant, & frequent, eſt toujours ſuivi d'incommodités conſiderables.

CHAPITRE VIII.

Des excretions neceſſaires à l'entretien de la vie, & de la ſanté.

I. LA ſanté, & la vie, ne s'entretiennent que par la continuelle alternative d'alimens, pris, & rendus ; & tout l'artifice des parties, dont la machine du corps eſt compoſée, ne conſiſte qu'à extraire des ſucs louables, & bien-faiſans, des alimens digerés pour en former le ſang, & à chaſſer du corps tout l'inutile, & le ſuperflu.

SCHOLIE.

Nous avons ſolidement établi dans la Phyſiologie, que la conſervation du corps, & les fonctions animales, dépendent du mouvement du ſang, & de

tous les fluides. Et comme ſon mouvement continuel eſt neceſſairement ſuivi de la chaleur, qui en altere les principes en diſſolvant les humeurs douces, graſſes, & gelatineuſes, & les changeans en ſalées, ſulphureuſes, & mucilagineuſes, entierement étrangeres à la compoſition du corps; il eſt neceſſaire que les liqueurs, devenues intemperées, en ſoient chaſſées par divers couloirs, & que des ſucs nouveaux, bienfaiſans, & convenables au corps, & à ſa nourriture, prennent la place de ceux qui ſont ſortis. On voit évidemment par-là combien ſont utiles les ingeſtions, & les excretions.

II. Il faut chez les adultes, qu'il ſe perde par les excretions autant qu'il a été pris d'alimens.

III. Un homme parfaitement ſain, & qui travaille, prend ſouvent tous les jours, au-delà de vingt livres d'alimens, tant ſolides, que liquides, ſans que le poids de ſon corps en augmente. Il eſt donc clair qu'il y a un parfait rapport entre la quantité des alimens, & celle des excremens.

SCHOLIE.

Toute la Medecine ne conſiſte en

quelque façon, qu'à regler avec prudence le regime, & les excretions. Car la ſanté dépend de la maniere dont on uſe des alimens, & dont ils ſe dépurent par les excretoires. En effet, la plus grande partie des maladies vient des défauts du regime, & des excretions. La nature même emploïe ce dernier moïen pour guerir les maladies ; & l'augmentation de ſes mouvemens n'a d'autre but que de faire ſortir du corps les impuretés excrementeuſes qui cauſent les maladies. Donc le devoir du Medecin, qui eſt prépoſé à la conſervation, & au rétabliſſement de la ſanté, conſiſte principalement à étudier les mouvemens de la nature, qui tendent à la dépuration du ſang ; à les aider, ſi le cas le demande ; & à les conduire ſagement au but que la nature ſe propoſe. Celui qui a acquis ces connoiſſances, peut ſe flatter d'avoir atteint la perfection de la Medecine.

IV. Le corps humain étant compoſé principalement de quatre élemens, la partie terreſtre, aqueuſe, ſaline, & graſſe, ou huileuſe ; les excremens que ces parties produiſent, peuvent ſe réduire à quatre eſpeces.

V. Les humeurs inutiles, & ſuper-

flues, ſortent par les inteſtins, la veſſie, la peau en maniere de vapeur, ou de ſueur, la bouche en forme de crachat, & les narines en maniere de mucoſité.

VI. Les inteſtins donnent paſſage principalement aux impuretés épaiſſes, viſqueuſes, terreſtres, & mucilagineuſes; la veſſie à une ſeroſité ſaline, & ſulphureuſe, indigeſte & épaiſſe; la peau à un fluide ſubtil, chargé d'un ſel, & d'un ſouffre diviſé, & attenué; les narines à une ſubſtance viſqueuſe, mêlée de terre, & d'eau.

VII. Outre les parties groſſieres des alimens, les inteſtins donnent iſſue à la bile, qui y coule en aſſez grande abondance, à des parties terreuſes, & épaiſſes, & à une mucoſité, qu'y dégorgent en aſſez grande quantité les glandes dont ils ſont tapiſſés.

VIII. Puiſque les excremens qui ſortent par les inteſtins ſont compoſés d'une matiere viſqueuſe, & ſolide; on conçoit aiſement, pourquoi la pareſſe du ventre, & l'augmentation de la chaleur les endurciſſent.

IX. La pareſſe du ventre rend les liqueurs très-impures; parce que les impuretés excrementeuſes deviennent de pire caractere par le ſéjour, ou rentrent dans le ſang par les pores, ou les vaiſ-

ſeaux des inteſtins. Il eſt donc très-intereſſant pour la ſanté que le ventre ſe décharge une, ou deux fois chaque jour.

X. Nous avons vû dans la Phyſiologie, que la bile eſt l'aiguillon de l'excretion qui ſe fait par les inteſtins. Il faut donc l'augmenter quand elle manque, ou la corriger, quand elle eſt mal conſtituée.

SCHOLIE.

C'eſt à quoi l'on parvient parfaitement par l'augmentation d'exercice, qui diſſipe l'humidité ſuperflue, diviſe les humeurs tenaces, & corrige merveilleuſement la bile. Les viandes aſſaiſonnées de ſel, & d'aromates, & tous les amers, qui aiguiſent excellemment la pointe de la bile, vont auſſi au même but.

XI. La lenteur, & la molleſſe du mouvement periſtaltique des inteſtins, retarde auſſi la ſortie des excremens groſſiers.

SCHOLIE.

Nous avons fait voir ailleurs que le mouvement periſtaltique de l'eſtomac, & des inteſtins, eſt ce qui fait ſortir le reſidu des alimens par l'anus, après

avoir parcouru le canal inteſtinal. Or la langueur de ce mouvement eſt corrigée principalement par les medicamens ſalins, comme le ſel de Glauber, le nitre, l'arcanum duplicatum, le tartre vitriolé; & parmi les laxatifs, par les pilules, où l'aloës entre en grande doſe, comme celles de Becher, & celles faites à leur imitation; & parmi les alimens, par tous les acres, ſalés, & doux, qui, pris en aſſez grande quantité, relâchent bien le ventre, & quelquefois le relâchent beaucoup.

XII. Les humides lâchent conſiderablement le ventre, & aident beaucoup la deſcente des gros excremens. Il faut donc en recommander principalement l'uſage, pour procurer la liberté de cette partie.

XIII. Ceux qui veulent ſe décharger le ventre tous les jours doivent boire ſuffiſamment, & s'abſtenir des alimens durs, aſtringens, acides, viſqueux, de la triſteſſe, de la trop grande quantité d'alimens, & du frequent uſage des liqueurs ſpiritueuſes.

XIV. Comme la trop grande conſtipation eſt très-contraire à la ſanté, le trop grand relâchement du ventre, ou les déjections trop frequentes ne lui ſont pas avantageuſes.

SCHOLIE.

Ceux qui ont le ventre trop libre, & rendent les excremens trop liquides, doivent éviter tous les irritans, au nombre desquels nous mettons tous les alimens trop salés, les acres, les fermentatifs, les doux, les gras, & ceux qui sont largement épicés. Ils doivent aussi éviter la colere. Et, lorsque ce relâchement passe certaines bornes, s'il dépend de l'acreté des liqueurs, il faut emploïer les absorbans, & les délaïans; & s'il vient du défaut de tension des intestins, il faut faire usage des balsamiques temperés.

XV. L'urine fait sortir du corps une serosité saline, & sulphureuse.

XVI. L'urine qu'on rend en santé, n'est ni trop tenue, blanche, ou abondante, ni trop colorée, ou en trop petite quantité. Celle qui caracterise une santé parfaite, a la couleur du vin du Rhin.

SCHOLIE.

L'urine qui s'éloigne de l'état naturel à raison de sa couleur, & de sa quantité, & de sa consistence, marque un mouvement déreglé, & une intemperie du

du ſang, & des liqueurs. Si elle eſt trop tenue, & trop aqueuſe, c'eſt une preuve du refroidiſſement de l'eſtomac, & de tout le corps. Si elle eſt trop épaiſſe, trop colorée, & qu'elle dépoſe un ſediment, elle marque l'augmentation de chaleur, & le défaut d'humide. Dans ce cas les nitreux, les humectans, les délaïans, ſont très-appropriés, & il faut éviter avec ſoin les ſpiritueux, & ce qui échauffe. Quand la ſecretion de l'urine ſe fait mal, il faut s'attendre aux maladies originaires d'une ſeroſité ſalée, & acre, comme les catharrhes, les rhumatiſmes, la pierre, les tumeurs cachectiques. Il eſt donc important de conſerver la liberté d'une excretion aſſez abondante d'urine. On l'augmente beaucoup par l'uſage des bierres legeres, les infuſions chaudes, & entre les alimens, par celui de la racine d'aſperge, des fraiſes, des pêches, du perſil, des panais, des raiponces, des oignons, des fruits de l'églantier, des baïes de genievre, des ſemences d'anis, de fenouil, du lait, & de ſa ſeroſité, des quatre ſemences froides majeures, & de pluſieurs autres choſes de même nature.

XVII. La tranſpiration eſt de tou-

tes les excretions celle qui fait le plus sortir d'impuretés, & d'excremens, en chassant par les pores de la peau une serosité vaporeuse chargée de sels, & de souffres.

SCHOLIE.

Ces excremens retenus dans le corps font aisement tomber les humeurs dans une corruption putride, & allument des fievres de mauvais caracteres, ou causent de dangereux épanchemens d'une serosité salée, des rhumatismes, des diarrhées, des fievres catharreuses, & des exulcerations de la peau. Sanctorius a donc eu raison de remarquer, que la transpiration est la plus importante de toutes les excretions, non-seulement par rapport au poids des excremens qui sortent par cette voie, & surpasse, sur-tout dans les païs chauds, celui de toutes les autres excretions réünies; mais parce qu'elle dépure les humeurs d'une quantité d'impuretés, dont le mêlange avec le sang, menace la santé de dangers considerables.

XVIII. Il faut avoir soin que la transpiration, la principale de toutes les excretions, se fasse toujours bien, de peur que les impuretés vaporeuses

qu'elle devoit faire ſortir, étant retenues dans les liqueurs, ne ſe détournent d'un autre côté, au grand dommage du corps.

SCHOLIE.

La tranſpiration s'arrête, & rentre en dedans par le froid exterieur, les changemens ſubits de l'air, & des ſaiſons, les alimens acides, indigeſtes, & pris en quantité, l'inquietude de l'eſprit, & les trop grandes évacuations par le ventre.

XIX. L'air pur, ſerein, & ſec, les alimens aiſés à digerer, un exercice moderé, la joie, & la tranquillité de l'ame, un ſommeil doux, & paiſible pendant ſept, ou huit heures, dans un lit ſuffiſamment garni de couvertures pour ne point ſentir les atteintes du froid exterieur, favoriſent la tranſpiration. Une boiſſon tenue, & legere, les infuſions des plantes aromatiques dans l'eau chaude, le pain bien levé, & les frictions, font le même effet.

XX. Puiſqu'il eſt de principe que la ſanté demande la mediocrité en tout, il s'enſuit que la tranſpiration eſt ſujette à la même loi. Et de fait, ſi elle eſt trop abondante, elle affoiblit tout le

corps ; & , si elle ne l'est pas assez, elle cause une putrefaction des humeurs.

SCHOLIE.

Rien de plus judicieux que la remarque suivante d'Hippocrate ; *il faut faire attention à ce qui sort par la vessie , & les intestins , par les chairs , & à tout ce qui dénote que quelque partie du corps , quelle qu'elle soit , s'éloigne de l'état naturel. Car si la difference remarquée est peu considerable , la maladie est petite ; si elle est plus grande , la maladie l'est aussi ; & si elle est très-grande , la maladie est mortelle* (a). Le même Auteur dit dans un autre endroit : *Ne sentir aucune incommodité , aucun dérangement dans la circulation , les secretions , & les excretions , c'est la preuve d'une santé parfaite* (b).

XXI. Les humeurs inutiles; & superflues , ne sont point les seules qu'il

[a] *Qualia etiam quæ per vesicam , & alvum , & carnes execernuntur , & sicubi alias corpus a natura recesserit , inspicere oportet. Si parum , parvus est morbus ; si multum , magnus ; si admodum multum , lethale istud est.* Hipp. *Aph.* 82. *Sect. VII. ex vers. Foësii.*

[b] *Sanitatem hominis designat , & corpus se recte habere , omnes circuitus , & excretiones , & secretiones , salvas & integras esse.* Idem. *lib. de Insomn.*

faille faire ſortir du corps. Les ſucs utiles, & louables, demandent le même traitement, quand ils ſont en trop grande quantité. L'évacuation de la ſemence, & du ſang, tant par les veines de l'uterus, que par celles de l'anus, eſt ſouvent d'un grand ſecours.

XXII. Des experiences frequentes nous ont appris, que trop de reſerve en fait des plaiſirs de l'amour, cauſe une langueur, & un engourdiſſement de tout le corps, & devient ſouvent la premiere cauſe d'affections des nerfs très-incommodes.

XXIII. La ſemence eſt une liqueur très-pure, & comme la fleur du ſang, & du ſuc nerveux. Il faut donc apporter beaucoup d'attention à empêcher que ſon excretion immoderée ne cauſe aucun dommage à la ſanté.

SCHOLIE.

L'excretion de la ſemence demande un corps ſain, & vigoureux; parce qu'elle épuiſe les forces, & rend le corps languiſſant. C'eſt ce qui fait que Pythagore répondit, au rapport de Diogene Laerce dans ſa vie, à une perſonne qui lui demandoit quand il faut uſer des plaiſirs de l'amour: *lorſque vous vou-*

lez devenir plus foible. Il eſt donc très-ſage d'en diſſuader l'uſage aux perſonnes foibles, aux enfans, aux perſonnes avancées en âge, & aux convaleſcens. Il n'eſt pas plus prudent de s'y laiſſer ſeduire après de grandes paſſions de l'ame, de grandes agitations, des veilles; parce que dans ces circonſtances ils affoibliſſent encore davantage. Puis donc que les plaiſirs de l'amour ne conviennent qu'aux perſonnes vigoureuſes, & pleines de ſanté; c'eſt principalement après la digeſtion, une bonne tranſpiration, un ſommeil tranquille, le bain, après avoir pris des alimens aiſés à digerer, & plein de ſuc nourricier, & principalement au printems, qu'il eſt bon pour la ſanté d'en faire uſage. Car ces conjonctures ſont telles qu'elles reparent les forces abbatues, &, rendant au corps ſa premiere vigueur, favoriſent les exercices amoureux. Enfin ceux qui veulent courir frequemment cette carriere doivent éviter tous excès de bouche, la grande abſtinence, le travail, les études immoderées, la ſaignée, les veilles, les purgatifs, en un mot, tout ce qui peut abbattre, ou détruire les forces, de quelque maniere que ce ſoit.

XXIV. On peut juger, suivant Celse, que les exercices amoureux ont fait du bien, quand ils ne sont pas suivis d'abbattement, ou de douleur, & qu'au contraire le corps en est plus alerte, & plus vigoureux. Il faut cependant prendre garde de n'y point faire succeder sur le champ la table, ou le travail, & les veilles.

XXV. La moderation que nous avons déja recommandée dans differens cas comme l'arc-boutant de la santé, a aussi ses droits sur les plaisirs de l'amour.

Scholie.

Chacun doit mesurer ses forces, & sçavoir de quoi il est capable. C'est leur état qui regle les bornes de la moderation; car une personne robuste, & vigoureuse de tout point, ne se sentira pas de ce qui peut être très-préjudiciable à une plus foible.

XXVI. La prévoïante nature n'a presque d'autre objet que de faire sortir du corps, tout ce qui peut nuire à raison de son excès; & non contente des mouvemens ordinaires qu'elle emploïe à faire sortir les sucs nuisibles, elle se fait quelquefois des routes extraordinaires,

& nouvelles, pour débarraſſer le corps des ſucs qui lui ſont à charge par leur qualité, ou leur abondance.

XXVII. Il eſt très-ordinaire aux hommes de prendre plus d'alimens que le beſoin de leur ſanté ne l'exige ; & par cette raiſon il s'amaſſe dans leurs vaiſſeaux des humeurs ſuperflues. Auſſitôt la nature s'arme contre cet ennemi interieur qui menace le corps de ſa deſtruction, & fait des efforts extraordinaires, au moïen deſquels elle oblige de ſortir du corps tout ce qui eſt inutile, ou nuiſible.

XXVIII. Les femmes ſont ſujettes chaque mois à une évacuation, qui les débarraſſe par les vaiſſeaux de l'uterus, & du vagin, du ſuperflu du ſang qui s'eſt amaſſé pendant le mois, & dont la retention nuiroit ſenſiblement à leur ſanté. Et en effet, que cette évacuation ſe ſupprime en tout, ou partie, elles tombent dans une infinité de maladies, ou d'accidens dangereux, qui n'ont d'autre cauſe que cette ſuppreſſion.

SCHOLIE.

Cette évacuation étant auſſi ſalutaire aux femmes qu'elle leur eſt ordinaire, loin de l'arrêter, ou de la déranger, il faut

faut faire tous ses efforts pour l'entretenir; c'est-à-dire que, si elle devient excessive, il faut la moderer, &, si elle vient à manquer, il faut l'exciter, & la faire rentrer dans l'ordre naturel.

XXIX. Puisque la santé des femmes dépend principalement de cette évacuation, elles doivent suivre un regime propre à l'entretenir.

SCHOLIE.

Pour entretenir cet écoulement salutaire, dans l'ordre de la nature, les femmes doivent se garantir de toutes violentes passions de l'ame, de la colere, de la terreur, de la longue tristesse, des atteintes du froid, des boissons froides; &, parmi les alimens, éviter les acides, les venteux, & ceux qui sont de difficile digestion. Elles se trouveront bien au contraire des infusions chaudes de plantes aromatiques, d'alimens aisés à digerer, d'un exercice moderé, & de faire une attention exacte à entretenir la liberté de la transpiration.

XXX. Les hommes sont aussi sujets à l'évacuation periodique du superflu du sang, qu'une nourriture abondante, & le défaut d'exercice leur fait amasser. Ils perdentce sang par les veines hemor-

rhoïdales dans des tems déterminés, & ſur-tout au printems, & dans l'automne.

SCHOLIE.

Beaucoup de plethoriques ſont ſujets au flux hemorrhoïdal, & s'en trouvent bien. C'eſt pourquoi les Allemands ont donné à cette évacuation le nom brillant de flux d'or. Il faut donc apporter ſes ſoins pour qu'elle ne ſoit dérangée en aucune maniere.

XXXI. Une preuve évidente du bien que procure cette évacuation, quoique de ſang pur, & bien conditionné, c'eſt que ſon dérangement, ou ſa ſuppreſſion, jette ceux qui y ſont ſujets, dans des accidens très-fâcheux.

SCHOLIE.

Ce dérangement cauſe des affections chroniques, & pleines de danger, comme des hydropiſies, des aſthmes, l'apoplexie complette, & incomplette, des tranchées, & pluſieurs incommodités de même nature, qui ſont des ſuites ordinaires, & prochaines, de la ſuppreſſion des évacuations critiques.

XXXII. La nature ſe fait encore d'autres chemins, pour décharger le

corps du ſuperflu du ſang. Dans l'enfance, & la jeuneſſe, on eſt ſujet au ſaignement de nez.

SCHOLIE.

Les hemorrhagies par le nez ſont ordinaires dans la jeuneſſe, & tiennent ſouvent lieu de criſe ſalutaire, qui continue quelquefois juſqu'à un âge très-avancé. On voit donc évidemment qu'il ne faut point troubler, encore moins arrêter, ces évacuations, à moins de vouloir riſquer la vie, & la ſanté des hommes.

XXXIII. La ſur-abondance du ſang pur ne merite pas ſeule l'attention de la nature. Elle a auſſi des mouvemens pour débarraſſer le corps du ſuperflu des ſeroſités.

SCHOLIE.

Il n'eſt point rare que les perſonnes qui ont trop de ſeroſités, aïent pendant quelques jours le ventre plus lâche que de coûtume, & rendent même des déjections fluides, dont l'abondance, loin de leur cauſer du dommage, leur fait beaucoup de bien. Ce n'eſt point ſans raiſon que Celſe dit, qu'*il eſt ſouvent avantageux à la ſanté d'avoir un*

cours de ventre d'un, ou même de plusieurs jours, porurû qu'il n'y ait point de fievre, & qu'il ne passe pas le sept (a).

XXXIV. On se décharge aussi du superflu de la serosité salée par une secretion d'urine plus abondante.

SCHOLIE.

Il ne faut pas perdre de vûe ce qu'observe Sanctorius sur ce sujet : *Les corps*, dit-il, *les plus sains, & les plus reglés, deviennent chaque mois plus pesans ; & cette augmentation de pesanteur va jusqu'à deux livres. Mais ils reviennent à leur premier état vers la fin du mois, comme il arrive aux femmes, avec cette difference, que l'évacuation qui leur arrive se fait par une urine plus abondante, & plus trouble. Cette évacuation est annoncée par une pesanteur de tête, ou une lassitude du corps, qui se dissipe aussi tôt que l'évacuation est finie* (b).

(a) *Una die fluere alvum, quin & pluribus, sæpe pro valetudine est ; modo absit febris, & intra septimum diem conquiescat.* Cels. *Lib.* II. *c.* 4.

(b) *Corpora sana, & moderatissimo victu utentia, singulis mensibus fiunt ponderosiora, ita ut ad duas libras pondus crescat. Redemunt autem ad consuetum pondus circa finem mensis, ad instar mulierum, facta crisi per urinam paulo copiosiorem, & turbidiorem, præcedente capitis gravitate, vel corporis lassitudine ; quæ, paulo copiosiori uri-*

XXXV. Il ſe fait auſſi principalement au printems, & en automne, une évacuation critique de la ſeroſité ſalée par les narines, & la trachée artere, dans les catharres, le rhume de cerveau, & la toux.

SCHOLIE.

On rejette ſouvent, avec un grand ſoulagement, pendant pluſieurs jours, une grande quantité de ſeroſité ; & cette évacuation eſt précedée de peſanteur du corps, de friſſon, & d'une chaleur preſque febrile.

XXXVI. Il y a quelques ſujets où la nature dans de certaines nuits, ou certain tems de l'année, fait ſortir des ſueurs abondantes, qui ne laiſſent cependant aucune laſſitude après elles, & même augmentent merveilleuſement les forces.

XXXVII. On doit ranger dans la claſſe des évacuations ſalutaires, la maladie appellée *Rache* dans certaines Provinces (*a*), la tigne de la tête, la galle, le pourpre, les fleurs blanches des femmes ; évacuations par leſquelles

na ſeparata, protinus ſedantur. Sanctor. *P. I. Aph.* 65. 66.

(a) *Cruſta infantum lactea.*

la nature se débarrasse des humeurs excrementeuses, salées, acres, & corrompues, qui nuiroient au corps.

Scholie.

Il ne faut point regarder les excretions dont nous venons de faire mention, comme des maladies; puisqu'elles servent à la dépuration des liqueurs. Il est donc palpable qu'on ne peut tomber dans une faute plus grossiere, que d'emploïer à l'exterieur, des astringens pour arrêter ces évacuations. Car la matiere qui les cause, étant repercutée, produit des accidens beaucoup plus fâcheux.

CHAPITRE IX.

Du mouvement, ou de l'exercice du corps, moïen excellent pour conserver la santé.

I. Rien ne contribue plus puissamment à la transpiration des humidités superflues, & nuisibles, que le mouvement, & l'exercice du corps, & par conséquent rien ne l'entretient mieux dans l'état de santé.

SCHOLIE.

Nous avons déja remarqué, & prouvé, que rien n'eſt plus efficace pour conſerver la ſanté que le bon état des excretions, dont l'inſenſible transpiration eſt la principale; puiſque, ſuivant le calcul de Sanctorius, cette évacuation ſurpaſſe en quantité le produit de toutes les autres réunies; d'où l'on conclud naturellement qu'elle a beaucoup d'efficacité pour l'entretien de la ſanté, & la préſervation des maladies.

II. La tranſpiration dépend de la circulation du ſang. Ainſi ce qui augmente, ou diminue cette circulation, augmente, ou diminue cette évacuation.

SCHOLIE.

Il y a ſous la peau des vaiſſeaux qui ſeparent du ſang un excrement vaporeux chargé de ſels, & de ſouphres, & qui le font ſortir du corps par les pores de cette membrane; donc, plus il aborde de ſang à ces couloirs, plus il ſe dépure de cette ſeroſité vaporeuſe; & plus le ſang y abonde languiſſamment, moins il ſe fait de ſeparation de cette ſeroſité.

III. Pendant le mouvement les fibres muſculaires des parties ſe racourciſſent,

& par conſequent les fluides pouſſés avec plus de force, parcourent les vaiſſeaux avec plus de velocité. Or plus les vaiſſeaux apportent de ſang au cœur, plus il ſe dilate; & plus il ſe dilate fortement, plus fortement il ſe contracte; donc le mouvement des parties accelere celui de la totalité de la maſſe des liqueurs.

SCHOLIE.

Puiſque la ſyſtole ſuit la diaſtole, & reciproquement, on voit ſans peine pourquoi le mouvement violent d'une ſeule partie du corps, accelere la circulation par-tout, l'échauffe en entier, & augmente la tranſpiration.

IV. Plus le mouvement, & le travail, augmentent la circulation du ſang, plus ils aident la tranſpiration, & plus ils l'augmentent.

SCHOLIE.

L'augmentation de mouvement du ſang cauſée par l'exercice, & le travail, ſe prouve, entre autres choſes, par la chaleur, qui augmente à proportion de la velocité avec laquelle le ſang circule. Or perſonne n'ignore que l'augmentation de la chaleur ne vienne de celle

du mouvemenr, tant inteſtin, que progreſſif du ſang. Je n'en veux pas d'autre preuve que les fievres, qui ſont toujours accompagnées d'une grande chaleur, à cauſe de l'acceleration de la circulation, que la vîteſſe du pouls fait ſuffſamment connoître. L'experience fait auſſi connoître tous les jours que l'âpreté du froid de l'hiver, ſe fait à peine ſentir à ceux qui s'occupent à des travaux penibles.

V. Non-ſeulement l'exercice diviſe le ſang en accelerant ſa circulation, & le dépure de beaucoup d'excremens, mais il reveille l'appetit languiſſant, il repare les forces abbatues, & donne de la vigueur à l'ame, & au corps.

SCHOLIE.

L'experience fait aſſez connoître les avantages conſiderables que l'exercice procure au corps; avantages, qui n'ont d'autre cauſe que l'acceleration du mouvement progreſſif, & circulaire, du ſang, & des liqueurs. Car le mouvement attenue les liqueurs, & les rend fluides; & de plus il les fait entrer en plus grande quantité dans l'eſtomac, & les organes de la digeſtion, & dans tous les muſcles, & les fibres motrices;

ce qui eſt ſuivi d'une augmentation de l'appetit, & des forces; or nous avons démontré au long dans la Phyſiologie, que ces avantages dépendoient principalement de l'abord ſuffiſant dans les parties, d'un ſang bien diſpoſé.

VI. L'augmentation de la tranſpiration rend le corps plus beaucoup leger, en le débarraſſant d'une grande quantité d'humeurs.

SCHOLIE.

C'eſt ce que Sanctorius remarque judicieuſement en d'autres termes: *L'exercice*, dit-il, *rend le corps plus leger. Car le mouvement nettoie toutes les parties, & principalement les muſcles, & les ligamens des excremens qui s'y arrêteroient; il prepare la matiere tranſpirable à ſortir par les pores, & attenue les eſprits* (a).

VII. Il n'y a point de remede plus puiſſant pour conſerver la ſanté, & détourner les maladies, que le mouvement, & l'exercice du corps.

(a) *Exercitio corpora leviora fiunt; omnes enim partes, præcipue muſculi & ligamenta, motu ab excramentis purgantur; perſepirabile ad exhalationem præparatur, & ſpiritus tenuiores fiunt.* Sanctor. *Lib. de motu & quiete.* §. 9.

SCHOLIE.

Les personnes accoutumées aux travaux du corps, sont ordinairement exemptes de beaucoup de maladies graves, & chroniques, la pierre, la goûte, la fievre-quarte, la maladie hypochondriaque, la cachexie, le scorbut, l'hydropisie. Car il n'y a rien de plus contraire à la santé que beaucoup de repos, une vie sedentaire, avec le défaut de boisson; &, si quelqu'un s'y abandonne sans ménagement, il tombe aisement dans ces maladies, qui dépendent également de l'abondance des humeurs, de leur impureté, de leur stagnation, de l'engorgement, & de l'obstruction des visceres; tous vices qui ne se corrigent principalement que par le mouvement. Car il consomme le superflu des humeurs, & les purifie parfaitement des impuretés excrementeuses. D'ailleurs, en leur donnant de la fluidité, & augmentant la velocité de leur circulation, il tient ouvertes les cavités des petits vaisseaux, dont l'affaissement produit une infinité de maladies. Enfin il subtilise, & rarefie les liqueurs, & fortifie les parties solides; ce qui refléchit sur toute l'économie des mouvemens du corps.

VIII. Le mouvement a une énergie beaucoup ſuperieure à celles de tous les remedes pour conſerver la ſanté, & détruire les maladies.

SCHOLIE.

Le mouvement eſt, ſans contredit, un remede univerſel, & le plus excellent de ceux que la nature a inſtitués, & celui qui fait le plus de bien au corps. Car il augmente merveilleuſement preſque toutes les évacuations, ſans cauſer aucun déchet des forces : ce qui fait dire à Galien, que l'*exercice eſt le purgatif des humeurs nuiſibles qui ſont dans la profondeur des parties du corps* (a). Sanctorius paroît être du même avis, puiſqu'il dit, que *ſi les hommes travailloient, & faiſoient exercice, ils pourroient ſe paſſer de beaucoup de Medecins, & de remedes* (b). C'eſt ſur le même principe que Verulam avertit, qu'*il n'y a preſque point de diſpoſition à la maladie, qu'un exercice approprié ne puiſſe corriger* (c).

(a) *Exercitatio ſupplet purgationem vitioſorum humorum, qui in corporis profundo ſunt.* Galen. *Com.* XI. §. 3.

(b) *Si homines exercitio & labore uterentur, carere poſſent multis Medicis, & medicamentis.* Sanct. *Loco cit.*

[c] *Vix aliqua in morbum inclinatio inveni-*

Avicenne va encore plus loin. *Si les hommes*, ſelon lui, *exerçoient leur corps par le mouvement, & le travail, dans les tems où il eſt à propos de le faire, ils n'auroient beſoin ni de Medecin, ni de remedes* (a). C'eſt pourquoi perſonne ne doit s'étonner que le mouvement agiſſe ſur l'eſprit même. Car dès qu'il eſt certain que l'exercice produit dans un dégré ſi éminent des effets ſi ſalutaires à tout le corps, il n'eſt point poſſible, qu'à cauſe de la liaiſon étroite qu'il y a entre l'ame, & lui, elle ne ſe ſente de ce changement avantageux. Platinus a donc eu raiſon de dire : *Le mouvement, en quoi conſiſte la chaleur, excite l'appetit, & rend l'ame plus active, plus pénetrante, & plus capable de connoître les choſes cachées, & merveilleuſes* (b). *Il eſt ſurprenant*, dit Pline, *combien l'agitation, & le mouvement du corps reveille l'eſ-*

tur, quæ non exercitatione quadam propria poſſit corrigi. Verulam. L. IV. *de augment. ſcient.*

(a) *Poſſent homines, ſi debito tempore exercitio ac labore uterentur, omnibus Medicis carere, & medicamentis*. Avicen. *Lib.* I. F. E. N. *cap.* 1.

[b] *Stomachus motu, in quo calor ineſt, ad appetitum excitatur, & mens ad cognitionem rerum occultarum & mirabilium celerior, & acutior redditur*. Platin. *De Tuend. Valet. p.* 145.

prit (a). Seneque enfin aſſûre, que *l'eſprit s'éleve, & acquert de la vigueur, en ſe promenant en plein air* (b).

IX. Il y a differentes eſpeces de mouvemens, dont chacun fait un effet different ſur le corps humain, & lui peut cauſer de l'avantage, ou du dommage. Il eſt donc indiſpenſable au Medecin de connoître parfaitement toutes leurs forces, & leurs proprietés.

X. On peut reduire ces eſpeces aux ſuivantes; la promenade ſur un terrain uni, celle qui ſe fait ſur une pente douce, la courſe, le voïage à cheval, le jeu de boules, les exercices des armes, la navigation, la paume, la danſe, les voïages en voiture, l'exercice de ſe faire porter, la chaſſe, les voïages, l'action de parler, de crier, & le mouvement qui ſe fait par l'agitation des mains.

XI. La plus legere eſpece de mouvement eſt la promenade ſur un terrain uni.

[a] *Mirum quoque eſt quam animus agitatione & mortu corporis excitetur.* Plin. *Lib. I. Epiſt. 6.*

[b] *Eorum animus qui in aperto aëre ambulant, ſe attollit.* Senec. *De Tranquill. lib. I. p. 56.*

SCHOLIE.

Cet exercice pris doucement après avoir mangé, ne cauſe aucun mal, & ſur-tout eſt avantageux aux gens de Lettres. Il doit être recommandé dans toutes les maladies de l'eſtomac, parce qu'il décharge le corps, de toutes les crudités, & débarraſſe le bas-ventre des obſtructions. Un autre avantage de la promenade, c'eſt d'aiguiſer l'eſprit, & de lui donner de la vigueur. On peut conſulter ſur ce ſujet Verulam au quatriéme livre *De Augmento ſcientiarum*.

XII. La courſe, la paume, la danſe, ſont des mouvemens violens, & par-là très-nuiſibles aux corps, dont les vaiſſeaux regorgent de ſang épais.

SCHOLIE.

L'abondance, & l'épaiſſeur du ſang, font que, quand il eſt pouſſé avec force, il creve très-aiſement les petits vaiſſeaux, ou y forme des ſtaſes parfaites. Ces ſortes d'exercices ſont donc très-dangereux à tous les choleriques, & plethoriques, aux perſonnes maigres, & portées à la colere, à celles qui ont poitrine étroite, & aux femmes groſ-

ſes. Car il n'eſt que trop commun de leur voir cauſer des inflammations conſiderables, des hemorrhagies, & des avortemens.

XIII. Le mouvement du cheval convient principalement aux maladies chroniques; c'eſt par conſequent l'exercice le plus avantageux aux hypochondriaques, & à ceux qui ont les viſceres gorgés de beaucoup d'humeurs, ou d'humeurs épaiſſes.

SCHOLIE.

On doit diſtinguer deux eſpeces de mouvemens du cheval, le mouvement doux, ou le pas; & le trot. Il n'eſt point douteux, que la premiere ne merite la préference; cependant le trot convient auſſi aux hypochondriaques; parce que la force de ce mouvement agit principalement ſur le bas-ventre; ce qui opere non-ſeulement la reſolution des obſtructions formées dans les glandes du meſentere, & des inteſtins, mais rend du mouvement aux liqueurs qui ſe rallentiſſent dans les vaiſſeaux des viſceres. Le mouvement du cheval augmente auſſi la chaleur de l'eſtomac, & des inteſtins, & rend au ſang ſa premiere vigueur.

XIV.

XIV. Le pas du cheval donnant des secousses égales à toutes les parties, & ne causant aucune lassitude, ni perte de forces, est avantageux à tout le corps, principalement en ce qu'il excite une transpiration égale, & uniforme; ce qui rend le visage vermeil, donne une vigueur nouvelle à l'ame, & aiguise l'appetit.

XV. Le mouvement du cheval merite la préference sur tous les remedes, qu'on estime les plus efficaces dans les dispositions phtisiques, hectiques, scorbutiques, & cachectiques.

SCHOLIE.

C'est une verité que Sydenham, & beaucoup de modernes, ont établie sur des experiences frequentes, & de solides raisons. Ils ne font aucune difficulté d'assûrer que, dans les maladies dont nous venons de parler, le mouvement du cheval l'emporte en vertu sur tous les remedes, quels qu'ils soient. Il est sur-tout d'un grand secours aux personnes foibles, & convalescentes, que la perte de leurs forces empêche de faire exercice. Cette verité même n'étoit pas inconnue aux Anciens. Car voici ce que pense Oribase sur ce sujet. *Le mou-*

vement du cheval, plûtôt que tous les autres exercices, garantit le corps des maladies, fortifie l'estomac, nettoie les organes des sens, & les rends plus vifs (a).

XVI. Les voïages en voiture conviennent particulierement aux hypochondriaques, & affranchissent principalement des affections lentes. Ils conviennent aussi à ceux que la foiblesse empêche de prendre de plus violens exercices.

XVII. La voiture secoue mollement les visceres, & par cette raison, résout, & dissipe les engorgemens, & stagnations, trop ordinaires dans les rameaux de la veine-porte.

XVIII. Les voïages font du bien à tout le monde, non-seulement à raison du mouvement continuel qu'ils exigent, mais à cause du frequent changement d'un air moins sain, dans un air plus sain; avantages extrêmement propres à entretenir la santé, & à deffendre le corps de beaucoup de maladies.

[a] *Equitatio, magis quam omnes reliquæ exercitationes, corpus præservat, stomachum confirmat, & sensuum organa purgat, eaque reddit acutiora.* Oribas. *Lib. 4. c. 24.*

SCHOLIE.

Les Anciens faiſoient grand cas des voïages pour entretenir leur ſanté ; & ils choiſiſſoient préferablement les endroits propres à contribuer à ce deſſein, c'eſt-à-dire, des lieux temperés, & élevés, où l'air eſt plus pur, & moins chargé de vapeurs. Ils ſçavoient en effet, non-ſeulement que les voïages aident la circulation du ſang, mais qu'un air pur, & degagé de vapeurs, rétablit merveilleuſement la force, & le reſſort des parties ſolides. Nous avons traité cette matiere au long dans une diſſertation particuliere, *ſur l'utilité des voïages pour conſerver la ſanté* (a). La principale raiſon de cette utilité, eſt que les voïages procurent à l'eſprit fatigué de travail, un délaſſement de quelque tems, & qu'il devient plus tranquille, & ſe défait de toute inquietude, ſaiſi qu'il eſt par les charmes des objets nouveaux, & variés, qui ſe ſuccedent ſans ceſſe, & excitent l'ame à ſe replier ſur elle-même. Or nous avons fait voir fort au long combien la tranquillité de l'ame influe ſur la ſanté.

(a) *Diſſertatio de peregrinationibus ſanitatis cauſa inſtituendis.*

XIX. L'exercice de la parole, ou l'action de parler à haute voix, est encore une espece particuliere de mouvement.

SCHOLIE.

Les Anciens recommandoient beaucoup l'action de parler à voix fort haute à ceux que la foiblesse, sur-tout aux jambes, empêchoit de travailler, ou de se donner d'autres mouvemens. Car cet exercice accelere la circulation du sang par tout le corps, & augmente par consequent la chaleur, & la transpiration. On ne peut en effet parler continuellement à haute voix pendant quelque tems, sans que la respiration augmente, & par consequent, que le sang ne soit plus broïé dans les poumons, qu'il ne passe plus rapidement d'un ventricule à l'autre, & qu'il n'acheve plus promptement sa circulation par tout le corps. Or que le sang circule plus vîte dans ceux qui parlent à haute voix, c'est ce qu'on ne peut revoquer en doute, si l'on fait attention qu'en plein hiver les Prédicateurs s'échauffent, & se mettent en sueur, pendant que l'auditoire est transi de froid.

XX. Les gens de Lettres, & ceux

qui ont l'estomac foible, doivent surtout faire cet exercice.

SCHOLIE.

Aucun exercice ne convient mieux aux gens de cabinet que celui de la voix, & celui de la promenade; car ils remedient aux vices de l'estomac, maladies ordinaires aux personnes studieuses, sans les détourner de leur objet, & les distraire de leurs études. Cette verité est établie sur le consentement unanime des Anciens. Hippocrate s'en explique ainsi, *l'exercice de la voix est très-avantageux après le repas* (a). Et dans un autre endroit il veut, *que ceux qui ont mangé fassent cet exercice* (b). Celse le loue beaucoup dans les vices de l'estomac (c). Le judicieux Plutarque s'en explique ainsi. *Il est étonnant combien l'exercice journalier de la voix est avantageux, non-seulement à la santé, mais même à l'entretien des forces, je ne dis pas de celles qui font les athletes, ou rendent les hommes nerveux, mais de la force, & de la veritable vigueur des prin-*

(a) *Vocis exercitio à cœna valde commoda est*. Hipp. *L. III. de Diat.* §. 23.

(b) *Vocis exercitatio repletus utatur*. Idem. *L. de Insomm.* §. 3.

[c] Cels. *L. I. c.* 8.

cipaux visceres du corps, d'où depend principalement la conservation de la vie (a).

XXI. L'exercice de la voix est avantageux aux estomacs dérangés, parce qu'il y fait aborder le sang en plus grande quantité, & qu'il augmente par une suite necessaire la secretion du suc salivaire. D'ailleurs, comme la commotion souvent repetée du diaphragme, ballotte doucement les visceres du bas-ventre, il est necessaire qu'un frequent exercice de la voix, rende le mouvement aux humeurs qui se rallentissent dans ces parties, & sont le foïer des crudités acides.

SCHOLIE.

Aetius a donc raison de dire que *cet exercice convient merveilleusement aux personnes qui ont l'estomac mauvais, & remplis de crudités acides* (b). Car les crudités acides, & hypochondriaques, viennent

(a) *Usus sermonis voce pronuntiati quotidianus mirum dictu quam utile sit genus exercitationis, non ad sanitatem dumtaxat, sed & ad vires, non quidem athleticas eas, aut quæ carnes augeant, sed quæ principibus corporis membris, penes quæ vitæ potissimum facultas est, naturale robur, verumque vigorem ingenerant.* Plutarch. *Oper. Tom. II. p.* 130.

[b] *Vox egregie convenit stomacho laborantibus, & acidum eructantibus.* Aetius. *Sermon.* III. *c.* 5.

principalement des impuretés acides qui s'amassent dans l'estomac.

XXII. Si l'exercice moderé de la voix est avantageux à la santé, lorsqu'il est trop violent, ou trop continu, il lui devient contraire ; & c'est sur-tout la tête qui s'en ressent ; parce qu'il y détermine le sang en trop grande quantité, & l'y pousse avec trop de force.

SCHOLIE.

C'est ce qui fait qu'Areteus avertit *de ne point s'efforcer à crier ; parce que cet effort occasionne des tensions dans la tête, un battement des tempes, & du cerveau, des inflammations aux yeux, & des tintemens d'oreille. Il n'en est pas de même*, ajoute-t'il, *quand on n'excede pas les bornes de la moderation. Car la tête s'en trouve soulagée* (a). C'est aussi le sentiment d'Aetius dans l'endroit cité. *Les cris*, dit-il, *sont très-nuisibles dans les maladies de la tête* (b). Montan est aussi du même avis : *La voix,*

[a] *Ne temere quis gravibus vocibus utatur ; quia acutæ voces capitis distensiones, temporum palpitationem, cerebri pulsationes, oculorum inflammationem, auriumque tinnitum efficiunt. Mediocris vero ejus usus capiti prodest.* Aretæ. *L. I. Curat. chronic. c.* 11.

[b] *Capitis affectionibus incommodissima est vociferatio.* Aetius. *Loco cit.*

ce ſont ſes termes, *eſt très-propre à remplir la tête, & toutes les parties ſuperieures* (a). Pour nous nous avons vû pluſieurs perſonnes tomber pour un ſemblable ſujet dans le tintement d'oreille, la ſurdité, l'hemeptiſie.

XXIII. Les plethoriques, les ſanguins, & tous ceux dont le ſang boüillonne, & ſe porte à la tête avec force, doivent éviter avec ſoin de crier.

SCHOLIE.

Cette diſpoſition des ſujets ſe connoît très-aiſement à la rougeur, & au gonflement du viſage, à la forte pulſation des arteres temporales, aux maux de tête, & aux ſaignemens de nez. Dans cet état, la rupture de quelque vaiſſeau fait aiſement tomber dans l'aveuglement, la ſurdité, l'apoplexie.

XXIV. On doit mettre au rang des exercices, quoiqu'ils ſoient très-doux, celui de ſe faire porter dans un batteau, ou dans une litiere.

XXV. On doit auſſi mettre la friction au nombre des differentes eſpeces d'exercices. Elle aide merveilleuſement la tranſpiration, & ſon uſage frequent

(a) *Vox eſt multum efficax ad caput replendum, & omnes partes ſuperiores.* Montan. *L. II. c.* 2.

fait

fait beaucoup de bien, ſur-tout aux vieillards, & aux perſonnes languiſſantes.

XXVI. L'effet de la friction eſt d'ouvrir les pores de la peau, d'y augmenter la chaleur, d'y attirer le ſang, & d'en accroître la velocité, en le diviſant; tous effets extrêmement propres à aider la tranſpiration.

XXVII. La friction eſt fort amie de l'eſtomac, & aide merveilleuſement la digeſtion.

SCHOLIE.

C'eſt ce qui fait conſeiller par Celſe d'adminiſtrer chaque jour trois, ou quatre frictions des bras, & des jambes, pour guerir les maladies de l'eſtomac (*a*). La friction en effet attire ſur cette partie beaucoup plus de ſang, & c'eſt de lui que dépend principalement la force diſſolvante de ce viſcere.

XXVIII. Il faut faire les frictions douces, & long-tems, de ſorte qu'on excite une douce chaleur par toute la peau.

XXIX. Le plus doux de tous les exercices eſt de ſe faire porter; il convient principalement aux perſonnes foi-

(*a*) Celſ, L. 4. c. 6. & 13.

bles, & dont le défaut de forces les empêche de se donner à elles-mêmes du mouvement. Il convient donc parfaitement aux maladies longues, & celles qui sont dans le déclin.

XXX. Puisqu'il y a des mouvemens, ou exercices, violens, doux, moïens, il est de la prudence du Medecin de les proportionner à la diversité des sujets, & des circonstances.

SCHOLIE.

Un exercice violent fera du bien aux sujets robustes, & accoûtumés aux travaux, pendant qu'il ne fera qu'augmenter la foiblesse des personnes délicates. Il faut donc que ces dernieres se bornent aux exercices les plus doux, comme celui de la promenade, de la voiture, de la voix; & que les personnes foibles se bornent aux frictions, & à se faire porter.

XXXI. Autant la nature aime les exercices moderés, autant elle est ennemie des immoderés.

SCHOLIE.

Les meilleurs remedes font plus de mal que de bien, s'ils ne sont administrés avec prudence, dans l'ordre, &

après les préparations convenables. Il en est de même de l'exercice, donc l'usage fait bien, ou mal, suivant qu'on sçait en tirer parti. Car, c'est une experience constante, que l'exercice épuise les hommes comme les animaux.

XXXII. Il faut que chaque homme choisisse un exercice moderé, & égal, qui aide la liberté, & favorise l'égalité de la circulation du sang, & qui anime les forces, au lieu de les abbattre.

Scholie.

Puisqu'un homme differe d'un autre à raison du temperament, de l'âge, des forces, de l'habitude du corps, des saisons, du genre de vie, du climat, il faut choisir dans les differentes especes de mouvemens, celui qui convient à la nature, & à la disposition de chaque individu.

XXXIII. L'exercice aïant tant de force, & d'efficacité, pour consumer le superflu des liqueurs, & aider toutes les excretions, il faut avoir beaucoup d'attention à regler la quantité d'alimens, sur celle de la dissipation causée par le mouvement.

SCHOLIE.

Cette doctrine est celle d'Hippocrate qui s'explique ainsi, *ceux qui mangent beaucoup, ne peuvent se bien porter, s'ils ne font exercice* (a). Il dit ailleurs, *les nourritures, & les exercices, font un effet contraire; mais leur combinaison contribue à la santé. Car l'exercice dissipe les sucs du corps, & le boire, & le manger, en reparent la perte* (b). Celui qui sçaura donc proportionner l'exercice aux alimens, aïant égard aux differences des corps tirées de la taille, de l'âge, des saisons, de la situation des païs, peut se vanter d'avoir le plus excellent moïen de conserver la santé. En deux mots, voici toute la difficulté. Ceux qui travaillent beaucoup, doivent manger davantage, & ceux qui mangent beaucoup, doivent faire beaucoup d'exercice; & ceux qui en font peu, doivent vivre frugalement. Il paroît que c'est la pensée de l'Apôtre, qui dit implicitement, que

(a) *Qui comedit, sanus esse non potest, nisi laboret.* Hipp. *Lib. Epidem.* 6.

(b) *Contrarias inter se vires habent cibi & labores; verum inter se mixti conferunt ad sanitatem. Labores enim ea quæ insunt consumere solent, cibi autem & potus ea quæ evacuata sunt replent.* Idem. *L. I. de Diat.* §. 1.

ceux qui ne travaillent point ne doivent point manger (a). Ce précepte est fondé sur la raison. Car le travail consume beaucoup d'humeurs, & leur dissipation se repare plus aisement au moïen des alimens, que lorsqu'il y a encore beaucoup à dissiper.

XXXIV. Plus les corps sont pleins de sucs, & d'humidité, plus, & plus souvent, ils doivent prendre d'exercice; & plus ils sont maigres, & ont le mouvement du sang vîte, plus on doit les menager sur les travaux, & les exercices.

SCHOLIE.

Les femmes qui sont pour l'ordinaire d'un temperament humide, se portent beaucoup mieux, & ont une santé beaucoup plus constante, lorsqu'elles font un exercice moderé, que quand elles menent une vie sedentaire. Une foule d'experiences atteste encore que les femmes grosses qui font un exercice frequent, mais moderé, se portent mieux, accouchent plus heureusement, & ont des enfans plus forts, que celles qui ont vêcu dans le repos. Car l'exercice dissipe les recremens, dont l'amas dans les personnes sedentaires, forme les sucs

(a) *Qui non laborat, non manducet.*

impurs, qui font tort aux meres, & aux enfans. Il eſt encore certain, que les nourrices qui font exercice, & travaillent, ont un lait beaucoup plus ſain, que celles qui ſont continuellement clouées à leur chaiſe, & au berceau de leur nourriſſon.

XXXV. Quoiqu'un exercice moderé ſoit très-avantageux aux corps humides, & ſpongieux, il n'en eſt pas abſolument de même de ceux qui ſont maigres, & ſecs.

SCHOLIE.

Ariſtote conſeille un exercice violent aux perſonnes graſſes, & corpulentes, ſi elles ont ſoin de leur ſanté (*a*). Hippocrate leur ordonne de marcher vîte. Il veut au contraire, *que les perſonnes maigres qui ont à voïager, marchent lentement* (b). C'eſt dans le même goût qu'il dit ailleurs, *le rafraichiſſement, l'eau, & le repos, conviennent aux temperamens chauds. Il faut diminuer le travail, & la nourriture, à ceux qui ſont dévorés de ſoif à l'occaſion du travail; & lorſqu'il y a faim, il faut s'en abſtenir entierement* (c).

(a) Ariſtot. *L. III. de Partib. Animal.*

[b] *Graciles iter facturi lentis paſſibus incedant.* Hipp. *L. de Diæt.*

(c) *Calidis naturis refrigeratio, aqua, &*

XXXVI. Puiſque l'exercice entretient la tranſpiration, le tems le plus propre pour le faire eſt après la digeſtion achevée ; car il fait ſortir cet excrement de la troiſiéme digeſtion.

Scholie.

Les tems les plus avantageux pour faire exercice, ſont le matin, le ſoir, & celui qui précede immediatement le repas. C'eſt ce qui fait dire à Sanctorius : *L'exercice qu'on fait entre la ſeptiéme, & la douziéme heure aprés le repas, fait plus ſortir en une heure de matiere tranſpirable, qu'en trois dans tous autres tems* (a). En effet le chyle a porté dans le ſang, auquel il s'eſt mêlé, beaucoup d'impuretés excrementeuſes, que le mouvement, & l'exercice, doivent faire ſortir par les pores. Or dans tous autres tems que celui déſigné par Sanctorius, ou bien il reſte peu de matiere tranſpirable dans le corps, ou bien il

quies conveniunt : & minuendus eſt iis labor & cibus, quos ob laborem infeſtat ſitis : ubi vero fames, laborandum non eſt. Idem. *L. I. Epid.*

[a] *Exercitium poſt ſeptimam uſque ad duodecimam horam ab aſſumpto cibo magis reſolvit inſenſibiliter horæ ſpatio, quam tribus temporibus alterius ſpatii.* Sanctor. *Lib. cit. Aph.* 72.

n'a point encore abordé aux tuïaux de la peau de parties assez divisées pour s'y faire un passage.

XXXVII. L'exercice pris avant les repas est extrêmement utile ; car alors non-seulement tout le corps est déchargé de superfluités, mais la liqueur gastrique est bien dépurée, & defequée. Aussi le mouvement excite-t'il ordinairement l'appetit.

SCHOLIE.

C'est par cette raison qu'Hippocrate, Galien, & tous les Medecins sensés, s'accordent unanimement à dire, qu'il faut toujours faire exercice avant les repas.

XXXVIII. Il n'en est pas de même de l'exercice pris immediatement après le repas, comme de celui qui le précede. Celui-ci est extrêmement salutaire ; & l'autre est pernicieux.

SCHOLIE.

Un grand mouvement fait descendre trop vîte les alimens qui sont dans l'estomac, & par conséquent les empêche de se digerer parfaitement. De plus, beaucoup d'observations attestent que le mouvement du cheval, ou des voitu-

res, immediatement après le dîner, fait regorger les alimens vers le ventricule, & le duodenum, où ils causent des vents, & des renvois; & même une ardeur, & un serrement, sur-tout dans les sujets qui ont les hypochondres attaqués; ce qui arrive principalement quand on a pris au dîner des choses grasses, acides, ou même du vin.

XXXIX. Il ne faut jamais faire d'exercices violens avant d'avoir été à la selle; parce que l'exercice détourne les liqueurs vers l'habitude du corps, & desseche les intestins.

SCHOLIE.

On voit donc clairement pourquoi le travail, & le mouvement, conviennent à ceux qui ont le ventre trop lâche.

XL. Il faut suivre quelques regles en se donnant du mouvement. Il faut commencer par un mouvement lent, qu'on peut augmenter peu à peu.

SCHOLIE.

C'est un principe certain que tout changement subit est dangereux, & que ce qui se fait peu, & par dégrés, n'est sujet à aucun inconvenient; d'où il suit qu'un mouvement violent est nui-

ſible après un long repos. Car un ſang épais, & abondant, fouetté violemment, a de la peine à ſe faire un paſſage par les plus petits vaiſſeaux; il y forme donc des ſtagnations, ou bien il regorge vers les vaiſſeaux voiſins, & cauſe des douleurs, des tenſions, & un abbattement conſiderable.

XLI. Il faut faire exercice dans le tems que l'air eſt ſerein, & temperé, comme deux heures après le lever, & avant le coucher du ſoleil. L'air trop chaud, ou trop froid, ne convient pas quand on veut que l'exercice ſoit ſalutaire.

SCHOLIE.

Quoiqu'un air ſerein, & temperé, ſoit par lui-même un des meilleurs ſoûtiens de la vie, & de la ſanté, il eſt bien plus avantageux, quand ſon efficacité eſt aidée par un mouvement convenable. Il faut donc avoir ſoin d'éviter toute intemperie de l'aïr, quelque exercice que l'on faſſe. La combinaiſon d'un air trop chaud avec un grand mouvement enflamme le ſang, augmente la tranſpiration au-delà du neceſſaire, & par cette raiſon affoiblit le corps. Il faut donc, ſi l'on en croit Hippocrate,

éviter le soleil de midi, sur-tout en été; & remettre au soir, & au matin, ses exercices, qui pour lors contribueront beaucoup à la santé. Il ne faut point encore se donner de grands mouvemens dans un air trop froid, de peur que, le mouvement venant à cesser, le froid ne vienne à pénetrer dans les pores, & les vaisseaux trop rarefiés, & n'attaquent dangereusement les solides, & les fluides. C'est pourquoi Hippocrate deffend les mouvemens, matin, & soir, pendant le froid, & condamne les exercices pris dans le voisinage des rivieres, des étangs, & en tems de neige (*a*). Car bien que le froid ne soit point dangereux pendant le mouvement même, il est à craindre quand il est fini, & sur-tout si le mouvement a duré long-tems. Le mouvement violent est cependant plus avantageux en hiver qu'en été. Ce qui fait dire avec justesse à Hippocrate : *Ceux qui font exercice doivent courir l'hiver, & peu, ou point l'été ; mais ils doivent se promener, du côté du vent, & du froid* (b).

(a) Hipp. *Lib. III. de Diæt.* §. 10.

(b) *Qui exercitio utuntur, hieme currere debent, æstate vero parum ; currere autem minime,*

XLII. Nous avons déja dit qu'il falloit augmenter par dégré le mouvement, nous ajoutons qu'il faut s'y livrer jusqu'à ce que la sueur sorte par tout le corps ; & que les extrêmités se gonflent, & soient échauffées.

XLIII. Le mouvement fini, & la sueur coulant en abondance, il faut l'essuïer dans un lieu temperé, & aider la transpiration de toutes les manieres possibles.

SCHOLIE.

Il faut éviter avec attention de faire entrer un air froid dans un corps échauffé par le mouvement, à moins de vouloir affronter des inflammations dangereuses, des rhumatismes, ou des fievres. La boisson froide est encore bien plus pernicieuse ; parce, s'insinuant aisement par les pores des veines que la chaleur a dilatés, elle coagule les liqueurs, & dérange la circulation ; ce qui cause de graves inflammations, & des obstructions des visceres, toujours accompagnées de danger. Il est donc toujours plus avantageux de prendre de la boisson chaude, que de la prendre froide, &

sed multum deambulare, secundum ventum ac frigus. Hipp. *Lib. de Sal. Diæt.* §. 2.

de se tenir quelque tems au lit, pour aider une transpiration salutaire.

XLIV. Il ne faut pas manger immediatement après un exercice violent; mais il convient d'attendre une demi-heure, afin de donner aux humeurs agitées le tems de se calmer.

Scholie.

La raison de ce précepte est que le suc des alimens entreroit dans les pores du corps avant d'être suffisamment dissout; & d'ailleurs la digestion ne peut manquer de souffrir de l'epuisement des forces, & de la fatigue de l'estomac.

XLV. Ceux qui se sont beaucoup fatigués à des exercices violens, font très-bien d'user d'alimens humides, & succulens.

Scholie.

Celse a donc raison de dire, qu'*il faut que les personnes fatiguées prennent des alimens humides, & préferablement ceux qui poussent par l'urine, comme le vin trempé.* Il ajoute, *qu'une boisson froide est très-nuisible aux personnes qui ont soif parce qu'ils ont travaillé, & qu'elle est inutile a ceux qui sont fatigués par le voiage*(a).

[a] *Omnibus fatigatis aptum est cibum sume-*

re, eoque humido uti, maximeque ea quæ urinam movent, ut vinum aqua dilutum. Illud quoque nosse oportet quod ex labore sitienti frigida potio noxiosissima sit, atque etiam itinere fatigatis inutilis. Celſ. L. I. c. 3. §. 28.

CHAPITRE X.

Du repos, & du ſommeil.

I. IL ne ſuffit pas pour conſerver une ſanté inalterable que les liqueurs ſe dépurent par les excretions convenables ; elle a beſoin d'être entretenue par la retention de quelques liquides. Car il faut que les alimens en fourniſſent qui reſtent dans le corps, pour reparer la perte de ceux que diſſipent le mouvement, & la chaleur.

II. Si le mouvement aide merveilleuſement les excretions, & la tranſpiration, la plus utile de toutes, & par conſequent, s'il eſt neceſſaire, pour faire ſortir du corps les liqueurs uſées, & appauvries d'eſprits ; le corps, & le ſommeil, ſont très-utiles à la ſanté en concentrant les ſucs utiles, & amis de la nature, en les retenant dans le corps, & rétabliſſant les parties fluides qui ont été diſſipées.

SCHOLIE.

Le mouvement, le travail continué, les veilles, non-ſeulement conſument les forces motrices, & diſſipent beaucoup d'humidité, mais affoibliſſent, & uſent les organes mêmes du mouvement, c'eſt-à-dire, les parties muſculeuſes; il faut donc entremêler le travail, & le repos, ou la ceſſation de mouvement, qui retient les humeurs utiles, & digerées, d'où dépend la nourriture, & la vigueur des parties ſolides, & fluides du corps, qui ſont les cauſes de ſa force. Perſonne ne peut donc douter de la neceſſité abſolue du repos, & du ſommeil.

III. Le repos fait beaucoup à la nutrition, parce qu'il ramaſſe, & condenſe les parties gelatineuſes du ſang, & empêche leur trop grande évaporation.

SCHOLIE.

L'art d'engraiſſer des animaux conſiſte principalement à les tenir enfermés dans un lieu aſſez étroit pour qu'ils ne puiſſent ſe donner aucun mouvement.

IV. Le repos convient parfaitement aux corps délicats, choleriques, mai-

gres, dévorés de chaleur interieure, ou attaqués de fievre.

SCHOLIE.

Les sujets qui ont un mouvement vîte dans les fibres motrices, & dont le sang circule rapidement, se trouvent beaucoup mieux du repos, que du mouvement, qui ne fait qu'augmenter, & animer la chaleur interne.

V. Le repos, ou du moins une promenade douce, est absolument necessaire après le repas, & convient merveilleusement à l'estomac rempli d'alimens. Car un mouvement un peu fort, fait, au grand dommage de la santé, sortir de l'estomac les alimens avant qu'ils soient suffisamment digerés.

VI. Puisque le repos est le remede de la lassitude, comme l'atteste Hippocrate (*a*), plus le mouvement a été grand, & long, plus le repos doit l'être; & par conséquent il doit toujours y avoir une juste proportion entre l'un & l'autre.

SCHOLIE.

Il ne faut pourtant point entendre ce theorême dans le sens que toute la jour-

[a] Hipp. *Sect. II. Aph.* 48.

née

née se partage également en mouvement, & repos; je veux seulement dire, qu'il en faut prendre assez pour reparer la perte des forces que le travail a causée.

VII. Un repos moderé est très-avantageux à la santé; mais il devient pernicieux, s'il excede la proportion qu'il doit y avoir entre lui, & le mouvement.

VIII. Un trop long repos appesantit le corps, tant parce qu'il empêche la sortie des excremens que causeroit le mouvement, que parce qu'il empêche les sucs fournis par une boisson abondante, ou une grande quantité d'alimens solides, de se bien digerer, & qu'il en amasse trop dans le corps.

SCHOLIE.

Voici comme Hippocrate s'explique sur ce sujet: *L'oisiveté humecte, & affoiblit, & le travail desseche, & fortifie. Car le mouvement dissipe l'humidité, ce qui produit une tension des parties nerveuses* (a). On remarque journellement que les

(a) *Otium humectat, & debilitat, labor vero siccat & roborat; motu enim dissipantur humores; unde nervosarum partium fit tensio.* Hipp. *Lib. II. de Diæta.*

femmes qui menent une vie sédentaire tombent aisément dans des passions hysteriques, & hypochodriaques. Les jeunes gens, & les hommes faits, qui vivent dans l'oisiveté, & dans le repos, sont ordinairement attaqués des maladies des hypochondres, & de tems en tems de galle, & de scorbut. Les tailleurs, & tous les ouvriers qui sont continuellement sur leur chaise, fourniront une infinité d'exemples de cette verité.

IX. Comme le mouvement facilite la transpiration, accelere la circulation du sang, le divise, & le subtilise, de même un long repos, épaissit le sang, le rend impur, cause des obstructions dans les visceres, des stagnations d'humeurs, & par conséquent dispose à des maladies dangereuses, & opiniâtres.

SCHOLIE.

La décision d'A. Fonseca est remarquable. *Les personnes*, dit-il, *qui se laissent affoiblir par un long repos, doivent s'attendre à l'apoplexie, la goûte, la colique, la gravelle; sur-tout s'ils se livrent en même-tems à la crapule, & à la luxure* (a).

(a) *Ex nimio otio suffocatis apoplexia, podagra, calculus renum, colica nascitur, præsertim*

X. La ſituation du corps, quand il eſt aſſis, le diſpoſe à la maladie hypochondriaque, & le rend ſujet à celles du bas ventre.

SCHOLIE.

Dans cette ſituation le corps forme un angle qui comprime le bas ventre, & met à l'étroit les courbures des inteſtins; ce qui fait remonter les vents vers l'eſtomac. D'ailleurs les vaiſſeaux du meſentere, qui aboutiſſent à la veine porte, ſont comprimés, & la circulation y eſt gênée; il s'y fait par conſéquent des ſtagnations d'humeurs, & il en naît des obſtructions. Auſſi Plaute recommande-t-il la promenade aux hypocondriaques. *Promenez-vous*, dit-il; *cela eſt bon pour le mal de rate* (a).

XI. Il n'eſt pas plus avantageux à la ſanté d'être long-tems debout. C'eſt une ſituation qu'il faut toujours éviter.

SCHOLIE.

Elle eſt même plus dangereuſe, que dis-je? plus pernicieuſe, que la ſituation d'être aſſis. Car le corps étant perpen-

ſi cum crapula ac libidine ipſi indulgetur. Fonſec. *Lib. de Tuend. ſanit. p.* 37.

(a) *Ambula, hoc lienoſis prodeſt.* Plaut.

diculaire, le ſang, & les liqueurs, deſcendent facilement vers les parties inferieures, mais en remontent très-difficilement, à moins qu'ils ne ſoient aidés par les mouvemens de ces parties, tels que ceux qu'elles ſe donnent pendant la promenade.

XII. On ne ſe tient debout qu'au moïen de l'équilibre des muſcles, c'eſt-à-dire de leur tenſion égale, qui maintient le corps dans ſa ſituation verticale. Or on ne croiroit pas combien cette ſituation affoiblit. Elle eſt ſur-tout pernicieuſe en étudiant ; parce que les eſprits ſe diſſipent de deux côtés à la fois, ſçavoir, à donner de la tenſion aux muſcles, & à former des idées. Il eſt donc beaucoup plus à propos de ſe promener doucement dans le tems qu'on étudie ; parce qu'en ſe promenant, l'équilibre des muſcles ſe maintient par l'action de ces parties.

XIII. Non-ſeulement le repos du corps, mais le ſommeil donne une nouvelle vigueur, en reparant la perte des humeurs que le mouvement a diſſipées.

SCHOLIE.

On remarque que le ſommeil repare les forces, rend le corps plus agile, &

plus propre au travail, qu'il donne à l'eſprit plus d'aiſance à faire ſes fonctions, & qu'il guerit tout le corps de ſes fatigues. On peut donc le regarder à bon droit comme le meilleur de tous les confortatifs. Que l'effet du ſommeil ſoit de réparer puiſſamment les forces abbatues par la maladie, c'eſt ce dont les perſonnes attaquées de graves maladies aigues fourniſſent une preuve complette. Car ils recouvrent d'autant plûtôt les forces, & la ſanté, qu'ils jouiſſent plûtôt de la douceur du ſommeil.

XIV. Les forces qui operent les mouvemens de toutes les parties du corps, n'ont preſque d'autre cauſe que les parties les plus fluides, ou, pour parler le langage ordinaire, les parties ſpiritueuſes du ſang. Or le mouvement continuel, la veille, & l'exercice des ſens, diſſipent ces parties; il faut donc leur faire ſucceder le ſommeil, qui n'eſt autre choſe que le repos du corps, & l'intermiſſion d'action des ſens internes, & externes, pour raſſembler, & retenir dans le corps les parties ſpiritueuſes, & ſubtiles, des liqueurs, afin que les forces renaiſſent, & que l'eſprit, & le corps, redeviennent propres à l'exercice de leurs fonctions.

XV. Non-seulement le sommeil repare les forces que fournissent les parties spiritueuses du sang, mais il aide beaucoup la nutrition, ou l'apposition des parties nourricieres.

SCHOLIE.

Le mouvement continuel, & la chaleur inséparables de l'état de la veille, divisent trop le suc nourricier, le font sortir du corps, & l'empêchent par consequent de s'arrêter dans les pores des parties. Pendant le sommeil le mouvement du sang est plus doux, le suc nourricier se condense, & se lie intimement aux parties qui doivent être nourries. Aussi voit-on les animaux, ainsi que les hommes, maigrir par les veilles, & se fortifier, & s'engraisser par le sommeil. Hippocrate a donc eu raison de dire, que *le travail nourrit les articulations & les chairs, & le sommeil les visceres* (a). Car l'exercice augmente, & fortifie les parties solides, & le sommeil perfectionne la digestion des alimens, & par une suite necessaire, la nutrition des visceres se fait plus heureusement.

(a) *Labor articulis & carnibus cibus est, somnus visceribus.* Hipp. *Epidem. Sect.* IV.

XVI. Si le ſommeil repare ſi bien la perte du ſuc nourricier, & des parties ſpiritueuſes du ſang qui ſe ſont diſſipées, il eſt aiſé de juger comment on a beſoin d'un ſommeil plus long, quand on s'eſt fatigué par un mouvement, ou un travail violent, ou par des méditations profondes, & aſſidues, que quand on a paſſé la journée dans un parfait repos, tant du corps que de l'eſprit.

SCHOLIE.

Le ſommeil convient principalement à ceux qui ſe ſont épuiſé l'eſprit, & le corps, en meditations, ou études profondes, pour rétablir la vigueur de l'un & de l'autre.

XVII. Les marques d'un ſommeil ſuffiſant ſont l'agilité du corps, la diminution de ſon poids, & la gaïeté de l'eſprit, ſans aucun penchant à un ſommeil plus long.

XVIII. Puiſque c'eſt principalement le ſommeil qui repare les forces, on les diminue donc autant, & l'on ôte autant à la bonté de la digeſtion, qu'on retranche au ſommeil; & comme l'étude des ſciences demande beaucoup d'eſprit, c'eſt très-mal fait, & rendre un très-mauvais ſervice à ſa ſanté, que de

pousser ses études jusqu'à une nuit avan-cée, ou de passer les nuits sans dormir & de se priver d'un secours qui rétablit si bien la vigueur du corps & de l'esprit.

XIX. On remarque que le sommeil pris avant minuit fortifie plus que celui qu'on prend après minuit.

SCHOLIE.

Il me paroît que la raison de ce phenomene est qu'on dort alors plus profondement, parce que les parties spiritueuses des alimens, passent de l'estomac dans le sang, & la masse des liqueurs, & que s'étant amassées en abondance pendant un sommeil paisible, elles entrent dans les vaisseaux du cerveau, & se séparent en suite dans sa substance corticale, entiérement vasculeuse.

XX. Tout sommeil n'est pas propre à réparer les forces; ce n'est que celui qui est tranquille.

SCHOLIE.

Platon dit fort judicieusement, qu'*il faut que celui qui aime la vie & la sagesse, veille beaucoup; aïant soin de ne prendre de sommeil qu'autant que les besoins de la santé le demandent; mais que la santé n'en demande*

mande pas autant qu'on pourroit le croire, si le sommeil est bien conditionné (a).

XXI. On appelle sommeil tranquille, celui où l'on ne s'éveille pas aisement, où l'on dort continuement pendant le tems ordinaire, où la digestion & la transpiration se fait bien, & les forces se rétablissent.

XXII. Un sommeil inquiet, suivant la définition de Sanctorius (*b*), est celui qui est interrompu, agité de songes pleins de trouble, qui ne retablit point les forces, & empêche la transpiration, plûtôt que de l'aider.

XXIII. Un mouvement moderé du sang dans les vaisseaux du cerveau, est ce qui procure un sommeil doux & tranquille. Ainsi tout ce qui irrite les parties nerveuses, & accelere la circulation du sang dans le cerveau, trouble le sommeil de differentes manieres.

[a] *Qui vitæ ac sapientiæ curam gerit, plurimo tempore vigilet, id solum providens & observans, ut somnum tantum capiat, quantum ad sanitatem pertinet, ad cujus conservationem non multo somno opus est, si recte fuerit constitutus.* Plato. *Lib. VII. de LL.*

[b] Sanctor. *Sect. II. Aph.* 5.

SCHOLIE.

Comme il y a beaucoup de correſpondance entre le cerveau & l'eſtomac, tous les alimens acres, aſſaiſonnés de ſel, d'aromates, d'ail, de moutarde, & autres choſes ſemblables, ou les alimens durs & venteux, & même les boiſſons chaudes & ſpiritueuſes priſes vers le tems du ſommeil, lui cauſent differens troubles. La vîteſſe de la circulation du ſang dans les vaiſſeaux du cerveau eſt cauſe qu'il n'y a que peu, ou point de ſommeil, ou qu'il eſt fort agité. Tout donc ce qui eſt conſtitué de maniere à moleſter, ou picoter les membranes de l'eſtomac par ſon acrimonie, ou ſa peſanteur, cauſe auſſi un ſentiment incommode à celles du cerveau, & des agitations pendant le ſommeil.

XXIV. Il revient à notre corps des avantages très-precieux d'un ſommeil paiſible; parce qu'il contribue beaucoup à la digeſtion des alimens.

SCHOLIE.

Les alimens n'étant point chaſſés ſi bruſquement du ventricule, & les ſucs qui ſortent en abondance des glandes des premieres voies, pour operer leur

digeſtion, étant empreints de plus de parties ſpiritueuſes, & par conſéquent étant plus actifs, les alimens ne peuvent manquer d'être mieux digerés, & le chyle d'être mieux extrait. Ceux qui ont l'eſtomac chargé d'alimens, doivent dormir plus long-tems, à moins qu'ils ne veuillent s'expoſer aux incommodités inſéparables d'un amas de crudités. Celſe à donc eu raiſon de dire, *on peut ſe lever matin en toute ſeureté, quand la digeſtion eſt bien faite; quand elle n'eſt que commencée, il faut ſe tenir au lit, & s'il y a neceſſité de ſe lever, il faut ſe recoucher, & dormir, s'il eſt poſſible; quand la digeſtion n'eſt point du tout faite, il faut ſe livrer à un entier repos, & s'abſtenir de tout travail, de tout exercice, & de toute affaire* (a).

XXV. Le ſommeil continué juſqu'à ce que la digeſtion ſoit parfaite, eſt ce qu'il y a de mieux pour entretenir les forces.

SCHOLIE.

C'eſt une obſervation conſtante qu'on

[a] *Qui bene concoxit, mane tuto ſurget; qui parum, quieſcere debet; & ſi mane ſurgendi neceſſitas fuerit, mane redormire; qui non concoxit, ex toto requieſcere, ac neque labori ſe, neque exercitationi, neque negotio credere.* Celſ. *Lib.* III. *c.* I.

repare beaucoup mieux ſes forces en ſe repoſant long-tems, & reſtant long-tems au lit, après avoir beaucoup mangé, ou bû, ou quand on a la tête appeſantie par la débauche, qu'en ſe levant de bonne heure.

XXVI. La tranquillité du ſommeil ne contribue pas ſeulement à perfectionner la digeſtion, mais elle aide beaucoup la tranſpiration.

SCHOLIE.

Sanctorius a obſervé (*a*) qu'on tranſpire beaucoup plus en dormant, qu'étant éveillé. Et dans un autre endroit, il ajoute, que *le ſommeil tranquille eſt tellement favorable à la tranſpiration, qu'en ſept heures de ſommeil elle monte à cinquante onces dans un homme robuſte* (b). La raiſon pour laquelle la tranſpiration ſe fait mieux pendant le ſommeil que pendant la veille, eſt que dans le premier état l'habitude du corps eſt plus relâchée, qu'une chaleur égale tient les pores &

(*a*) Sanctor. *Sect. IV. Aph.* 2.

(b) *Somnus placidus adeo fovet perſpirationem, ut ſeptem horis quinquaginta unciæ cocti perſpirabilis in robuſto homine exhalent.* Sanct. *Aph. I. Loc. Citat.*

les vaisseaux de la peau plus ouverts, & que le sang se porte plus doucement aux vaisseaux excretoires de cette membrane; toutes circonstances qui favorisent merveilleusement cette excretion.

XXVII. Quoique pendant la veille le sang soit poussé avec plus de vîtesse à la surface de la peau, cependant comme ses vaisseaux, & ses pores sont plus resserrés, il n'y passe qu'une partie de la matiere transpirable, & c'est seulement la plus divisée; mais dans l'état de sommeil la dilatation des pores laisse passer les parties les plus grossieres de la transpiration, & de la sueur. En effet, la matiere de la transpiration est composée de deux parties, l'une plus divisée, l'autre plus grossiere, & chargée de molecules grasses, & visqueuses, dont on voit des vestiges dans les chemises, & qui sert de nourriture aux pouls, dont les enfans sont souvent incommodés.

XXVIII. La transpiration se faisant mieux quand la digestion est achevée, & étant alors plus avantageuse à la santé, il faut avoir grande attention à empêcher que rien ne trouble cette évacuation le matin.

SCHOLIE.

Ce principe posé, on voit clairement pourquoi on se trouve si bien le matin de l'usage des sudorifiques, des diaphoretiques, & de tout ce qui aide la sortie de la matiere transpirable, entre lesquels les infusions chaudes tiennent le premier rang ; c'est qu'alors la matiere de la transpiration est disposée à sortir.

XXIX. Le sommeil étant une intermission des pensées, & des sensations, il faut, dans le tems qu'on dort, que l'esprit soit libre de tous soins, toutes inquietudes, & toutes meditations profondes.

XXX. La cause du sommeil, qui n'est autre chose que l'interruption de l'operation des sens internes, & externes, est la langueur de l'influx du fluide nerveux dans les parties qui sont les organes des sens.

SCHOLIE.

La langueur de l'influx du fluide nerveux dans le cerveau, & les organes des sens, vient en partie du relâchement des canaux dont la masse du cerveau est composée, & en partie du trop grand gonflement de ses petites arteres ; & la

ſecretion des eſprits animaux, ou du ſuc nerveux, dans le cerveau, dépend uniquement de la circulation du ſang dans la tête. Elle eſt donc d'autant plus lente, que le ſang y circule plus lentement; car la trop grande dilatation des petites arteres du cerveau, les empêche de ſe contracter à l'ordinaire; ainſi le ſang parcourt ces vaiſſeaux plus lentement. C'eſt ce qui fait dire à Hippocrate (*a*), que ce qui procure le ſommeil, calme auſſi le ſang. Nous renvoïons à la Phyſiologie, où cette matiere a été traitée au long, ceux qui ſeront curieux de ſçavoir quelles ſont les cauſes du ſommeil, & de l'expanſion des petites arteres du cerveau.

XXXI. Puiſque pendant le ſommeil il ſe fait une moindre ſecretion des parties ſpiritueuſes du ſang, & qu'elles y ſéjournent en plus grande quantité, on doit concevoir aiſement, d'où vient que l'état du ſommeil eſt le plus propre à la nutrition, & à la digeſtion; & pourquoi toute la maſſe du ſang, & des liqueurs, animée de parties ſpiritueuſes, donne plus de tenſion aux ſolides, & de forces à tout le corps.

XXXII. La nuit eſt le tems le plus

(*a*) Hipp. *L.* 1. *de Affect.*

propre au ſommeil, à cauſe de la froideur, & de l'humidité de l'atmoſphere, qui relâchent toutes les fibres du corps, & rétardent le mouvement progreſſif, & circulaire du ſang.

XXXIII. Il faut dormir dans un air ſerein, temperé, qui ne ſoit ni trop chaud, ni trop froid, & encore moins corrompu, trop humide, ou chargé d'autres vapeurs.

SCHOLIE.

Puiſque le ſommeil eſt fait pour reparer les forces, il faut que l'air que nous reſpirons dans cet état, ſoit le mieux diſpoſé qu'il eſt poſſible. Car elles s'entretiennent par les parties ſpiritueuſes, ou les plus ſubtiles du ſang, qui lui viennent principalement d'un air pur, & ſerein. C'eſt par cette raiſon que nous conſeillons de dormir dans une chambre ſpatieuſe, & où l'air ait du jeu; & que nous trouvons dangereuſes celles qui ſont petites, ou échauffées par des fourneaux, ou poëles.

XXXIV. La meilleure ſituation pour ſe coucher, eſt de ſe mettre ſur l'un des côtés, la tête un peu élevée, le tronc un peu flechi, & les genoux un peu pliés.

SCHOLIE.

Lorſqu'on dort, la tête trop baſſe, le ſang a quelque peine à revenir de cette partie, parce qu'il faut qu'il deſcende par les veines jugulaires; ce qui ſe fait plus aiſement quand la tête eſt plus haute. C'eſt pourquoi lorſqu'on a la tête trop baſſe, on dort trop profondement; on eſt agité de ſonges; & tout le corps s'engourdit. C'eſt par la même raiſon qu'il ne faut point dormir la tête panchée ſur la poitrine; car le ſang a plus de peine à en revenir; ce qui cauſe une peſanteur de tête, & une eſpece de ſtupidité de l'eſprit. Un autre inconvenient, c'eſt que cette ſituation cauſe quelquefois des ophtalmies conſiderables, ſi l'on y dort trop ſouvent.

XXXV. Il n'eſt pas ſain de dormir ſur le dos; parce que les vaiſſeaux qui ſont couchés le long de l'épine s'échauffent, & que la compreſſion des muſcles releveurs de la poitrine rend la reſpiration plus difficile.

SCHOLIE.

Il faut que les plethoriques évitent ſoigneuſement de ſe coucher ſur le dos; parce que dans cette ſituation ils ſont

aisement attaqués du cochemart, maladie dont la cause est la stagnation du sang dans les poumons ; ou de la gravelle ; ou d'hemorrhagies par l'uterus ; ou enfin qu'ils tombent aisement dans des pollutions nocturnes.

XXXVI. Quand l'estomac est chargé d'alimens, il vaut mieux commencer par se coucher sur le côté droit, parce que le chyle descend plus aisement dans les intestins, & que cette situation empêche le poids du foie de se faire sentir à l'estomac, & de le comprimer.

XXXVII. Il n'est jamais avantageux de dormir aussi-tôt après qu'on a mangé ; il vaut mieux attendre une heure, ou deux. Il faut encore remarquer qu'un souper leger, & des alimens aisés à digerer, causent un sommeil plus tranquille.

XXXVIII. Le sommeil pris après le dîner est entierement contraire à la santé, parce qu'il affoiblit la tête, & le genre nerveux, & qu'il cause un engourdissement, & rend sujet aux catarrhes.

SCHOLIE.

Lorsqu'on dort l'estomac plein, le chyle porté au cerveau avec le sang, en

dilate trop les vaiſſeaux, tant à cauſe de l'augmentation qu'il cauſe au volume de cette liqueur, qu'à cauſe du reſſort de ſes parties ; & , en diminuant leur tenſion, il cauſe dans ce viſcere une ſtagnation notable des liqueurs, qui, venant à pénetrer dans la ſubſtance interieure, & tubuleuſe du cerveau, y excite un engourdiſſement, & une peſanteur.

XXXIX. Le mal eſt bien plus grand quand on fait la meridienne étant couché ; car les liqueurs forment bien plus aiſement des ſtagnations, leſquelles ſont dangereuſes par tout le corps, & ſurtout ennemies de la tête à bien des titres.

XL. Dans les païs chauds, la meridienne eſt moins nuiſible à la ſanté, que dans les païs froids.

SCHOLIE.

La raiſon eſt qu'elle condenſe, & retient dans le corps les ſucs que la chaleur du jour a trop diſpoſés à l'évaporation ; d'où il ſuit qu'elle entretient les forces. Il faut cependant avoir ſoin de ne ſe pas coucher, & d'avoir toujours la tête haute. La meridienne n'eſt point également nuiſible à ceux qui ont paſſé

une mauvaiſe nuit, ou qui n'ont pas dormi pendant la nuit, qui ſont abbatus par une chaleur immoderée, ou qui ſe ſont fatigués de quelque maniere que ce ſoit. On ne doit point auſſi l'interdire aux perſonnes maigres, ou d'un âge avancé.

XLI. Comme il n'y a point de regle aſſez generale pour exclure toute exception, il faut convenir que la meridienne convient dans quelques cas, & circonſtances. Elle n'eſt point inutile lorſqu'il eſt beſoin d'entretenir les forces, de retenir dans le corps l'humidité benigne que lui donne de la ſoupleſſe, ou d'humecter les differentes parties du cerveau, comme les vieillards en ont principalement beſoin.

XLII. Comme le ſommeil moderé eſt très-avantageux à la ſanté, celui qui paſſe les bornes lui fait un tort conſiderable.

SCHOLIE.

Non-ſeulement le ſommeil immoderé appeſantit, & engourdit la tête, mais il rend languiſſantes toutes les parties du corps, & leur fait perdre l'agilité, ainſi qu'à l'eſprit; parce qu'il rallentit trop l'influx du fluide nerveux dans les

nerfs, & les parties ſolides, qui ſont les organes des mouvemens. Ce qui épaiſſit le ſang, & les liqueurs, &, en rabbattant leur volatilité, diſpoſe le corps aux maladies chroniques. Il faut rapporter la cauſe du ſommeil immoderé à la foibleſſe, ou au relâchement des vaiſſeaux du cerveau, & de la duremere, qui fait que le ſang s'y amaſſant en trop grande quantité, y circule plus lentement, & lâche ſa ſeroſité, laquelle par la ſuite tombe ſur la ſubſtance tubuleuſe du cerveau. Tout ce qui eſt vaporeux, les narcotiques, & ce qui eſt chargé de beaucoup d'exhalaiſons ſulphureuſes, cauſe un ſommeil immoderé, en affoibliſſant notablement le reſſort, & la tenſion des membranes, & des vaiſſeaux du cerveau, à raiſon de la grande dilatation qu'ils leur cauſent; d'où il ſuit que le ſang s'y amaſſe en trop grande quantité, & que la ſeroſité, venant à ſe ſeparer du ſang qui ſe rallentit, remplit les pores, & la ſubſtance tubuleuſe du cerveau. C'eſt ce qui fait que le ſommeil immoderé, que l'art procure, eſt ordinairement ſuivi de ſtupeur, de langueur des fonctions animales, & d'une peſanteur de tête, accompagnée d'une diſpoſition au ſommeil.

XLIII. Les jeunes gens, & les enfans, ont le ſommeil plus agréable que les perſonnes d'un âge avancé, ou ceux dont le corps a atteint ſa perfection.

SCHOLIE.

Dans l'enfance, & la jeuneſſe, le tiſſu du cerveau, & des vaiſſeaux, eſt ſouple, & mollet, & il en ſort beaucoup de ſuc nourricier bien conditionné. Les vieillards au contraire ont le tiſſu des fibres plus ſerré, les vaiſſeaux plus fermes; & la petiteſſe des pores de leurs vaiſſeaux, ne laiſſe échapper dans la ſubſtance medullaire du cerveau, qu'une petite quantité de ſuc nourricier. Ceux qui dorment peu, & ſe portent bien, ſont ordinairement d'un temperament bilieux; & s'ils ont ſoin de leur ſanté, ils doivent s'abſtenir de vin, de boiſſons ſpiritueuſes, & d'alimens âcres, ſalés, & aromatiques. Il n'y a rien dont on prenne plus aiſement l'habitude que de dormir, & de veiller en certain tems. Il eſt donc à propos d'éviter ſoigneuſement le ſommeil pendant le jour, parce que c'eſt le moïen de dormir la nuit.

XLIV. C'eſt une choſe digne de remarque, qu'on a d'autant plus de peine

à dormir, qu'on a été plus long-tems à le faire.

SCHOLIE.

C'eſt ce qu'éprouvent tous les jours ceux qui ſont obligés de paſſer des nuits. Les longues veilles conſomment les humeurs douces, & amaſſent dans le ſang des parties âcres, & chaudes, qui picottent ſans ceſſe les fibres, & éloignent le ſommeil.

XLV. Comme le ſommeil immoderé eſt contraire à la ſanté, de même les veilles trop long-tems continuées épuiſent les forces de l'eſprit, & du corps.

SCHOLIE.

En effet l'humidité ſubtile du ſang, & le liquide de nerfs, ſont mis en un mouvement violent par la continuité des veilles, & ſe conſomment en grande partie. Leur excès trouble la digeſtion, fait maigrir, & ſecher le corps, rend le viſage pâle, rappetiſſe, & creuſe les yeux, & fait prendre au viſage un air de triſteſſe, & d'auſterité. C'eſt ce qui fait dire à Hippocrate : *Il eſt nuiſible de trop veiller après avoir mangé, parce que la digeſtion en eſt troublée* (a). Et dans un

(a) *Vigilia nimia poſt cibos noxia, cum cibum*

autre endroit : *Une trop grande veille fait obstacle à la digestion, & d'autant plus qu'elle est poussée plus loin* (a).

XLVI. Les longues veilles sont ordinairement suivies d'une grande foiblesse des parties interines ; ce qui cause des stagnations des humeurs dans la tête, des inflammations très-dangereuses, & des délires.

SCHOLIE.

On observe constamment qu'une forte convulsion, ou une tension violente des parties, est ordinairement suivie d'une grand relâchement, & d'une foiblesse des mêmes parties.

XLVII. Ceux qui pendant le sommeil sont troublés par des songes inquietans, & terribles, ont dans la poitrine, & dans la tête des obstacles à la liberté de la circulation ; & l'on remarque dans ces sortes de sujets des stagnations considerables du sang dans ces parties.

colliquescere non sinat. Hipp. *Lib. de Diæt. in Acut.*

(a) *Vehemens vigilia potus ciboſque tum crudos, tum incoctiores reddit.* Idem. *ibid.*

SCHOLIE.

SCHOLIE.

C'eſt pourquoi Hippocrate regarde les ſonges inquiets, & pleins de trouble, comme des ſignes d'un état contre nature, & de maladies prochaines, auſquelles il faut remedier tant par un regime, que par les remedes convenables.

CHAPITRE XI.

Du regime des perſonnes robuſtes, & foibles.

I. RIen n'étant de lui-même, & de ſa nature, ou par une neceſſité abſoluë, ſalutaire, ou nuiſible; & ces deux qualités dépendant des forces des mixtes relativement au corps humain; les vertus ſalutaires, ou nuiſibles des choſes non naturelles, dépendent de la diverſité des corps, qui aide, ou empêche de differentes manieres, les effets de leurs qualités intrinſeques.

II. C'eſt la plus grande de toutes les erreurs que de preſcrire à tous les hommes le même regime, comme ſi ce qui convient à l'un, convenoit de même à tous les autres.

SCHOLIE.

L'experience nous apprend tous les jours que tout ne convient pas à tous, & que ce qui ne fait aucun tort aux uns peut être pernicieux aux autres. Le tems même n'est point indifferent pour déterminer les effets de certains mixtes; On peut faire prendre sûrement, & sans crainte, en certain tems, ce qui dans un autre sera très-préjudiciable.

III. C'est de la difference des corps qu'il faut déduire les effets salutaires, ou nuisibles des alimens; puisque, suivant la judicieuse remarque d'Hippocrate, les temperamens, & les corps, sont differens les uns des autres.

SCHOLIE.

Cette difference des corps vient de l'âge, du temperament, de l'habitude du corps, des habitudes, des dispositions naturelles, & principalement de la force, & de la foiblesse.

IV. Comme toutes les forces different infiniment à raison de leur plus, ou moins grande étenduë, il y a aussi une difference infinie, entre la condition des hommes foibles, & forts. Il faut donc faire toute l'attention possible à la

diverſité des corps, & ſe garder d'oublier qu'elle eſt d'une grande conſideration dans la Medecine Dietetique, & Therapeutique.

V. Un homme fort eſt celui qui exerce tous ſes mouvemens avec beaucoup de vigueur.

Scholie.

C'eſt-à-dire qu'un homme, pour être fort, doit non-ſeulement prouver ſa vigueur dans l'exercice des mouvemens volontaires, mais dans celui des fonctions vitales, & animales ; ou, pour m'expliquer plus clairement, qu'un homme fort eſt celui qui eſt en état de lever de grands poids, de ſoûtenir de grands travaux de l'eſprit, & du corps, de prendre beaucoup d'alimens, & de les rendre en même quantité ; celui enfin que les veilles, & les alimens, quoique peu ſains, n'incommodent pas aiſement.

VI. Celui qui eſt robuſte de corps eſt ordinairement courageux, a l'eſprit vif, eſt rarement attaqué des maladies de l'ame, & du corps, ou bleſſé par les choſes exterieures.

VII. Toute force mouvante dépendant en partie de l'inſtrument qui exe-

cute le mouvement, & en partie de sa force, & de l'activité de la cause qui met l'instrument en action, ou de la puissance. La force du corps humain dépend en partie de la grandeur, & de la fermeté des muscles, & en partie de l'influx abondant dans ces parties d'un sang, & d'un suc nerveux, bien conditionnés.

VIII. On connoît donc la force du corps, à la grandeur, à la capacité des vaisseaux, à l'épaisseur des nerfs, & à la solidité des muscles.

SCHOLIE.

La cause de la force du corps, quant aux parties solides, vient de la disposition des peres, & meres; &, quant aux parties fluides, du regime, ou de l'usage convenable des choses non-naturelles. On peut mettre au nombre des personnes robustes, les personnes qui travaillent de la main, qui sont accoûtumées aux travaux penibles, & prennent une nourriture simple, & grossiere; à raison de l'âge, nous mettrons dans cette classe les jeunes gens, & ceux qui sont dans l'âge viril; eu égard au temperament, les choleriques sanguins; par rapport à l'habitude du

corps, ceux qui ne ſont point trop gras, ou d'un tiſſu trop ſpongieux, qui ont les os ſolides, les nerfs tendus, les tendons fermes, & les vaiſſeaux grands; enfin faiſant attention aux nations, & aux climats, nous regarderons comme tels les habitans de Weſtphalie, de Pomeranie, & de Brunſwic. On eſt foible au contraire quand on a les fibres tendres, douées d'un ſentiment délicat, & diſpoſées à prendre des mouvemens contre-nature; quand les paſſions de l'ame cauſent aiſement de grandes agitations; quand on a les vaiſſeaux étroits, & qu'ils ne ſont pas ſuffiſament remplis d'un ſang bon, & ſpiritueux; quand on a les tendons, & les nerfs petits, & lâches, les dents mauvaiſes, & qu'on eſt aiſement fatigué du travail, tant de l'eſprit, que du corps.

IX. Non-ſeulement les perſonnes foibles ſont aiſement affectées par les cauſes externes, & tombent ſans peine dans les maladies; mais quand elles en ſont attaquées, elles ſont abbattues; elles ont l'eſprit variable, ou inconſtant, & ne peuvent vivre bien long-tems.

SCHOLIE.

On doit mettre au nombre des per-

ſonnes foibles, les enfans, les vieil-lards, les bourgeois, & ceux qui me-nent une vie oiſive, ceux qui ſont con-tinuellement appliqués à l'étude, & aux ſpeculations ſerieuſes; à raiſon du ſexe, les femmes; & à raiſon du païs, les Suedois, & les habitans de Miſnie. Nous joindrons à ces differentes eſpeces de perſonnes foibles, ceux qui ont per-du beaucoup de forces par une grande maladie, trop de veilles, de longues abſtinences, ou une longue faim, beau-coup de ſaignées, de grandes pertes de ſang, une longue triſteſſe, ou trop de purgatifs. Enfin nous ajouterons les fem-mes en couches, & celles qui ont leurs regles. Les odeurs agréables ſuffiſent pour faire mal aux perſonnes foibles; une legere doſe de quelque émetique, ou purgatif, leur fait faire des évacua-tions violentes; les alimens venteux ou acides, le froid le plus leger, déran-gent leur ſanté.

X. La foibleſſe du corps, & ſa trop grande diſpoſition aux impreſſions des maladies, dépendent principalement de la diſette de bons ſucs. Le but du Me-decin, dont la fonction eſt de fortifier le corps, & de le garantir de l'injure des cauſes externes, doit être de rem-

plir les vaisseaux, & les nerfs, de sucs louables, & de faire sortir du corps les humeurs inutiles, & appauvries.

SCHOLIE.

Il est évident par ce theorême, que les personnes foibles, qui sont susceptibles de toutes sortes d'impressions maladives, & que tout excès incommode, se rétablissent beaucoup plus sûrement, & plus aisement, par un regime convenable à leur temperament, que par les remedes les plus efficaces tirés des boutiques d'Apoticaire.

XI. Il n'y a personne à qui il convienne mieux de suivre un regime exact, qu'aux personnes foibles; parce que la moindre faute contre ses loix les blesse grievement, & qu'ils ont le malheur de donner de frequentes preuves de la puissance qu'ont sur le corps, ou l'abus, ou l'usage reglé des choses non naturelles.

XII. Les personnes foibles doivent avoir beaucoup d'attention à conserver l'integrité de la digestion, & de la transpiration, autant qu'il est possible.

SCHOLIE.

Il faut que les personnes foibles,

pour aider la digestion, dorment un peu plus long-tems, fassent un exercice doux avant de manger, & mangent moderement. Ils doivent se menager sur l'usage des alimens acides, salés, durs, venteux, doux, qui dans les foibles s'aigrissent aisement. Il faut qu'ils évitent les vents de Nord, les passions violentes, tout excès, & tout ce qui est intemperé. On peut sur ce sujet consulter Cels. *Liv. I. chap. II.*

XIII. Un homme robuste, & qui joüit d'une santé parfaite, n'étant pas aisement incommodé par les excès, *doit*, suivant la remarque de Celse, *s'affranchir de la rigueur des loix du regime, diversifier son genre de vie, & s'accoûtumer à tout* (a).

SCHOLIE.

Le même Auteur remarque très-judicieusement à la fin du même chapitre, que les personnes robustes doivent prendre garde, *de ne pas user pendant la santé les remedes de la maladie* (b), c'est-à-

[a] *Homo robustus non se tam stricte obligare debet legibus diateticis, sed varium vita genus habere, omnibusque assuescere oportet.* Cels. *L. I. c. 1.*

(b) *Ne in secunda valetudine adversa præsidia consumantur.* Ibid.

dire,

dire, de conserver leurs forces, qui sont le meilleur remede pour operer le rétablissement de la santé.

XIV. Il faut que les personnes foibles, au nombre desquelles Celse met les amateurs des sciences, qui se fatiguent, & dissipent jour & nuit leurs esprits aux travaux d'esprit, suivent un regime qui aide sur-tout la digestion, & repare leurs forces.

SCHOLIE.

C'est pourquoi les amateurs des Muses doivent se dégager l'esprit de tout soin, & de toute meditation dans le tems qu'ils prennent leurs repas. Il faut aussi qu'ils choisissent le tems le plus propre pour étudier ; & c'est celui du matin, & celui qui suit la digestion achevée. Nous avons fait beaucoup d'autres remarques utiles sur ce sujet dans notre traité, *sur la maniere de rendre les études plus aisées au moïen du regime, & de prolonger la vie des gens de Lettres* (a) ; & dans *la* IX. *partie des traités de Dietetique, écrits en Allemand, article dernier* (b). Il faut aussi que les gens de Let-

[a] *De studiis per regulas diæteticas facilitandis, & prolonganda Literatorum vita.*

(b) *Diætetica Germanica.*

tres prennent des nourritures legeres, qui donnent des sucs subtils, & fluides; qu'ils évitent les alimens venteux, les legumes, les pois, les feves, les bierres épaisses, les vins mal-conditionnés qui appesantissent la tête, émoussent les sens, & jettent des nuages sur l'esprit. Car plus les bierres, & les vins, sont legers, plus ils contribuent à la santé des gens de Lettres; & comme la bonne digestion est amie du cerveau, & des nerfs, & donne lieu à la secretion d'une plus grande quantité d'esprits, il est indispensable aux gens de Lettres de dormir suffisamment. Car autant on ôte au sommeil, autant en ôte-t'on aux forces necessaires à l'étude. Il faut encore que les gens de Cabinet évitent avec soin de se livrer à l'étude avec un emportement qui aille au détriment de leurs forces, & à rendre leur corps sujet aux impressions de differentes maladies. Ils doivent entremêler leurs travaux d'un repos amusant, & de parties de plaisir; afin que leur esprit soit plus en état de faire ses fonctions. Rien aussi n'est plus nuisible à la santé, que d'être continuellement assis, posture cependant très-ordinaire aux gens de Lettres, & qui les fait tomber dans le resserrement du

ventre, & la maladie hypochondriaque.

XV. Il faut aussi, en fait de regime, faire beaucoup d'attention à la maigreur, ou à l'embonpoint, & à la quantité d'humeurs dont regorgent certains corps.

XVI. Les personnes grasses, & remplies de sang, ou de serosités, deviennent très-aisement malades, & sont grievement blessées, tant par les passions de l'ame, que par les causes exterieures, comme le froid, le chaud; & elles se rétablissent avec peine, quand elles sont une fois tombées dans la maladie.

XVII. Il faut sur-tout recommander aux personnes grasses l'usage de ce qui maigrit, & fait sortir du corps les humeurs superflues.

SCHOLIE.

C'est à quoi contribuent l'eau chaude, les eaux minerales froides, & chaudes, les veilles, les exercices violens, les acides, les salés, le retranchement des nourritures, les émetiques, ou purgatifs legers, c'est-à-dire, tirés de remedes qui ne soient point trop actifs; car

autrement ils font plus de mal que de bien.

XVIII. Les personnes minces, & maigres, ont besoin de choses qui conservent, & retiennent dans le corps le suc nourricier, & les forces.

SCHOLIE.

Un exercice moderé, beaucoup de repos, un lit mollet, la tranquillité de l'ame, une nourriture aussi abondante que leur estomac peut la supporter, un sommeil suffisamment long, le bain après le dîner, l'usage des choses douces mêlées aux alimens, & aux boissons, le froid, & plusieurs autres choses, qui ont le privilege d'engendrer des humeurs douces, & de les retenir dans le corps, conviennent particulierement aux personnes maigres; pour les vomitifs, & les purgatifs, on ne croiroit jamais combien ils leur sont préjudiables.

XIX. On trouve des sujets qui ont de tems en tems le ventre trop paresseux, ou trop lâche. Ces deux états meritent une attention particuliere.

SCHOLIE.

Ceux qui ont le ventre trop paresseux doivent user d'alimens qui relâchent,

& ſur-tout de vins doux, des ſalés, & huileux. Si ce regime ne fait pas d'effet, Celſe conſeille l'uſage de l'aloës. Mais il faut cependant ſe garder de faire trop d'uſage des purgatifs. Ceux qui ont le ventre trop lâche, doivent le deſſecher par beaucoup d'exercice. L'abſtinence, & même la faim leur convient. Il faut qu'ils boivent peu, & plûtôt de l'eau froide, que chaude.

CHAPITRE XII.

Des differens regimes, par rapport aux temperamens, à l'âge, & aux ſaiſons.

I. LE temperament n'eſt autre choſe qu'une certaine diſpoſition des parties ſolides, & fluides, à produire la circulation du ſang, les mouvemens qui ſe font dans l'homme, & ſes fonctions naturelles, vitales, & animales.

SCHOLIE.

On obſerve invariablement que la difference de la circulation du ſang, & de ſon abord dans les parties ſolides, influe ſur la force du corps, ſur la digeſtion, les ſecretions, & excretions, mê-

me ſur les inclinations, les mœurs, & les diſpoſitions de l'eſprit. D'où l'on peut conclurre ſûrement, que toutes ces choſes dépendent des differences de la circulation.

II. Dans le temperament cholerique, ou bilieux, les fibres ſont déliées, & ont beaucoup de tenſion; les vaiſſeaux petits; & le ſang, pouſſé par une forte contraction du cœur, & des arteres, y eſt fouetté avec beaucoup d'impetuoſité.

SCHOLIE.

C'eſt ce qui fait qu'on remarque de la précipitation dans l'eſprit des bilieux, & que les fonctions de leur corps s'executent avec quelque vîteſſe. Et comme leur ſang circule avec impetuoſité, ils ont plus de chaleur, & les parties ſulphureuſes de leurs liqueurs s'exaltent.

III. Les choleriques doivent éviter tout ce qui augmente la chaleur du corps, & fait couler le ſang plus rapidement. Ils doivent plûtôt faire uſage de ce qui matte peu à peu ce mouvement, tirant à l'inflammation, & le renferme dans les bornes de la moderation, qui eſt le moïen le plus ſûr de conſerver ſa ſanté.

SCHOLIE.

Les choleriques ne ſe trouvent donc pas bien des exercices longs, & violens, des mouvemens penibles, des alimens aromatiques, chauds, gras, des boiſſons ſpiritueuſes, ſur-tout des vins forts, de l'eau-de-vie, des bierres enivrantes, d'un ſoleil trop chaud, des violentes paſſions de l'ame, des medicamens forts, purgatifs, ſudorifiques, volatils, des longues veilles, & de tout ce qui eſt diſpoſé de maniere à augmenter l'intemperie ſulphureuſe des liqueurs, & leur inflammation. Tout ce qui eſt extrêmement froid, comme l'air froid, les boiſſons froides, ne convient pas mieux aux choleriques, parce que leur effet eſt de coaguler le ſang, déja épais par lui-même, & dépoüillé d'une humidité ſuffiſante, & d'en faire une glu tenace, qui devient ordinairement cauſe des graves inflammations, & fievres, auſquelles les choleriques ſont ſujets. Ils ſe trouvent au contraire fort bien de l'uſage des infuſions chaudes, des boiſſons délaïées de beaucoup d'eau, de l'eau boüillie, du vin trempé, de tous les alimens rafraichiſſans, d'une chaleur moderée des poëles, ou du lit, & des

chambres ſpatieuſes. Il faut en un mot qu'ils ſuivent en tout la mediocrité ; &, s'ils ont le ventre reſſerré, ils ne doivent point emploïer les purgatifs violens, mais de purs laxatifs, comme les raiſins, la manne, la rhubarbe, les tamaries, & l'aloës.

IV. Dans le temperament melancholique, la dureté, & l'épaiſſeur des fibres, eſt cauſe que le ſang roule lentement, & peſamment, dans ſes vaiſſeaux ; ce qui fait que les liqueurs s'épaiſſiſſent, & que toutes les fonctions, tant de l'ame, que du corps, ne s'executent qu'avec quelque difficulté. Ces ſortes de gens ſe trouveront donc mal de tout ce qui donne au ſang une épaiſſeur tenace, & empêche de plus en plus la circulation déja embarraſſée.

SCHOLIE.

Il faut que les melancholiques, dont le ſang eſt épais, & peu ſuſceptible de mouvement, s'abſtiennent des nourritures groſſieres, acides, des alimens, & poiſſons d'un tiſſu compact, des legumes, des bierres épaiſſes, & ſpiritueuſes, qui agitent trop le ſang. L'air chaud, ou froid, ne leur convient pas mieux ; parce que l'une, & l'autre diſpoſition de l'air, eſt contraire à la fluidité neceſ-

ſaire aux liqueurs. Ils doivent auſſi éviter toutes les paſſions violentes, comme la colere, & la terreur, parce que les mouvemens violens qui les accompagnent, font entrer le ſang avec effort dans les petits vaiſſeaux, où il s'embarraſſe à cauſe de ſon épaiſſeur; ce qui leur cauſe ſouvent un dommage conſiderable. Au contraire, il faut aux melancholiques un mouvement, & un exercice doux, non pas pris à la fois, mais augmenté ſucceſſivement, une boiſſon abondante, & humectante, de bon vin pris moderement, la ſaignée, & les alimens moderement aſſaiſonnés d'aromates. Il leur convient auſſi de ne pas ſe gorger d'alimens, de travailler avec aſſiduité, de faire des voïages dans un air ſerein, & moderement chaud, & d'eſtimer, & ſuivre les differens divertiſſemens, qui rendent à l'ame ſa vigueur originaire.

V. Dans le temperament phlegmatique la ſeroſité eſt trop abondante, la circulation eſt tardive, & languiſſante, & toutes les fonctions de l'ame, & du corps, s'executent avec langueur, pareſſe, & engourdiſſement. Il convient donc d'accelerer la circulation du ſang, d'augmenter la force, & la tenſion des

parties, & de corriger l'intemperie froide, & humide, des liqueurs, ou de les dessecher.

SCHOLIE.

Comme le sang dans les personnes de ce temperament circule lentement, le roti, le sel, les aromates, les bierres fortes, & les liqueurs spiritueuses leur conviennent. Il faut aussi qu'ils fassent beaucoup d'exercice, parce que l'exercice dissipe les humidités sur-abondantes, & qu'ils évitent les fruits, & les vegetaux cruds, l'air enfermé, & humide, tel qu'il se trouve dans les lieux bas, & resserrés, & sur-tout en automne. Ils doivent écarter avec le même soin, tout chagrin, & tristesse, & s'attacher à tout ce qui peut donner de la vigueur, & de la legereté à leur esprit.

VI. On appelle sanguins ceux qui ont l'habitude du corps spongieuse, & lâche, beaucoup de vaisseaux, mais petits, & étroits, dans les canaux desquels le sang coule tranquillement, & aisement. Or cet état du corps est propre à la generation d'une grande quantité de sang, il faut donc que les sanguins évitent l'usage de tout ce qui est propre à amasser du sang superflu.

SCHOLIE.

Ce qui leur convient principalement, c'est la ſobrieté, la temperance, & en quelque ſorte un genre de vie dur, & auſtere. Qu'ils évitent les choſes douces, ſpiritueuſes, le vin, l'eau de vie, la trop grande quantité de viandes, les bierres fort nourriſſantes, le porc, & le long ſommeil. Ils ſe trouvent ſurtout fort bien d'un mouvement moderé. Il leur faut un air temperé; parce que ſa trop grande chaleur, eſt ordinairement nuiſible à leur ſanté. Les boiſſons legeres, les infuſions des plantes aromatiques, l'eau chaude, les ſaignées, leur ſont avantageuſes; & comme il eſt dans leur nature d'être très-diſpoſés aux excretions critiques de ſang, ils doivent avoir attention à ne les point troubler.

VII. L'état des corps changeant dans tous les âges, tant par rapport aux parties ſolides, qu'aux fluides, le même regime n'eſt pas convenable dans tous les tems.

SCHOLIE.

Voici les changemens qui arrivent dans les differens âges qui partagent la vie des hommes. Dans l'un, leurs

corps croissent, dans un autre ils se fortifient, & se maintiennent dans leur état; & enfin ils perdent leurs forces, & décroissent. Or dans tous ces âges la disposition de notre machine est très-differente, parce qu'il arrive de grands changemens aux fluides, à raison de leur temperature, & de leur quantité, & aux solides, par rapport à leur aptitude au mouvement. Il faut donc diversifier le genre de vie, suivant les differentes dispositions des corps.

VIII. Puisque la justesse des loix de la Dietetique demande principalement qu'on ait attention à la foiblesse, & à la force des sujets, & que les forces changent dans chaque âge; on ne peut établir des loix certaines sans connoître la nature, & les forces de chaque âge.

SCHOLIE.

Les enfans, & ceux qui sont au-dessous de l'âge de puberté, & même les vieillards, doivent être mis au rang des personnes foibles, & parmi les robustes on doit compter les jeunes gens, & l'âge viril. Il faut par consequent conseiller dans ces differens cas des regimes differens.

IX. Les enfans, aïant les fibres ex-

trêmement tendres, & ſenſibles, reſſentent aiſement les impreſſions de tout ce qui eſt nuiſible, & par conſequent ſont ſujets aux maladies. Il faut donc beaucoup de circonſpection en leur preſcrivant un regime.

Scholie.

On appelle enfant celui qui ne parle pas encore, & jeune celui qui n'a point encore atteint l'âge de puberté. Les enfans ſont expoſés à de terribles maladies du genre nerveux, comme il paroît évidemment par les violentes convulſions, mouvemens convulſifs, les tranchées, les épilepſies, les craintes, les fievres, les douleurs dont ils ſont ſouvent attaqués. C'eſt ce qui paroît encore par les grandes incommodités, & même l'épilepſie qui leur arrivent, s'ils prennent le lait d'une nourrice agitée d'une paſſion violente. On peut auſſi juger combien leurs fibres ſont tendres, par les déjections frequentes qui leur arrivent, ſi leur nourrice s'eſt purgée la veille; par les accidens dont ils ſont attaqués, lorſque leur nourrice fait quelque faute conſiderable contre le regime, par exemple, ſi elle a pris de l'eau-de-vie, ſi elle a rendu le devoir à ſon mari, ſi elle a

mangé des acides, ou des alimens venteux, & si elle s'est laissé refroidir le sein.

X. Comme il s'en faut de beaucoup que tous les enfans se ressemblent par la disposition de leurs fibres, les uns les aïant plus fermes, ou plus tendres que les autres, il faut leur prescrire un regime, & un traitement different, & le même lait ne leur convient pas également à tous.

SCHOLIE.

On remarque en effet que les enfans, à raison de leurs forces, & du tissu de leurs parties, sont extrêmement differens. Car ceux dont les pere, & mere sont sains, & robustes, comme sont les gens du peuple, les païsans, les ouvriers, ne ressentent pas aisement les impressions des causes nuisibles, & sont moins exposés aux affections morbifiques. Mais les enfans nés de parens foibles, trop jeunes, ou trop vieux, valetudinaires, livrés à l'intemperance, & à l'ivresse, sont beaucoup plus exposés aux assauts des maladies, & supportent difficilement les plus legers. Les enfans different encore par l'habitude du corps. Car s'ils ont la chair spongieuse, & qu'ils engraissent trop tôt, s'ils ont les

nerfs, & les tendons trop tendres, ils tombent plus aisément malades, & vivent moins. Ceux au contraire qui ont les chairs plus compactes, les nerfs plus solides, les membranes, & les tendons plus tendus, ont une santé beaucoup mieux établie. Il faut encore remarquer que, parmi les enfans, les uns sont plus exposés que les autres aux affections spasmodiques, & convulsives; & nous avons observé que les enfans engendrés par des parens qui s'abandonnent aux passions de l'ame, qui font bonne chere, & vivent délicatement, parmi lesquels on doit compter les personnes riches, les grands Seigneurs, les gens de Cour, ne vivent pas aussi long-tems que d'autres, & sont principalement exposés aux attaques des maladies originaires de la foiblesse des nerfs. Or il faut à ces personnes un regime extrêmement doux, & en même tems très-exact, & regulier.

XI. Rien ne fait plus de tort aux enfans à la mammelle, que la trop grande quantité de lait qu'on leur fait prendre.

SCHOLIE.

Tout excès en fait d'alimens étant en

nemi de la ſanté, & bleſſant la digeſtion, il doit être d'autant plus dangereux que l'eſtomac eſt plus foible; & c'eſt le cas où ſe trouvent les enfans à la mammelle. C'eſt donc une fort mauvaiſe coûtume, quoique reçue par la totalité morale des nourrices, de preſenter la mammelle aux enfans, & de les obliger en quelque ſorte à la prendre malgré eux, lorſqu'ils ſont malades. Elles ne font par cette conduite, que ſurcharger le ventricule de nourriture, &, en augmentant les crudités qui l'incommodent, augmenter la force de la maladie. Car il en réſulte une mauvaiſe digeſtion; le lait nage dans l'eſtomac, s'aigrit, & ſe corrompt. C'eſt ce qui a fait dire ſi juſtement à Hippocrate : *Les nourrices, en donnant la mammelle aux enfans, leur donnent ſouvent la mort* (a).

XII. Les enfans nouveau-nés demandent un lait leger, & fluide. Car celui qui eſt épais, butyreux, & caſéeux, leur fait beaucoup de mal, parce que l'eſtomac n'a pas la force de le digerer, & de le faire ſortir.

(a) *Nutrices dum lactant infantes, ſæpe etiam mactant.* Hipp.

SCHOLIE.

SCHOLIE.

Il eſt extrêmement utile d'examiner la qualité, & la conſiſtence du lait, avant de mettre un enfant entre les mains d'une nourrice; c'eſt-à-dire, de voir quelle proportion il y a entre ſes parties ſereuſes, caſéeuſes, & butyreuſes. Il y a pluſieurs moïens de venir à ce but. Le premier eſt l'évaporation; le ſecond eſt de ſe ſervir d'un inſtrument de ſtatique, qui ſert à connoître le poids de l'eau, & de la bierre; le troiſiéme d'y mêler de l'eſprit de vin; ces trois moïens font connoître la proportion qu'il y a entre les parties ſolides, & fluides; enfin, on connoîtra la quantité de parties butyreuſes que le lait contient, en le laiſſant repoſer pendant vingt-quatre heures dans un lieu tiede.

XIII. Le lait épais, & gras, eſt le plus mauvais de tous; le meilleur eſt celui qui n'eſt point trop épais, ni trop fluide, ou ſalé; mais qui eſt doux, & liquide, & qui vient d'une nourrice ſaine, & vigoureuſe.

SCHOLIE.

On corrige la trop grande épaiſſeur du lait, en faiſant faire à la nourrice un

exercice doux avant le repas, en lui faisant prendre, le matin à jeun, des infusions de graines de fenouil, d'anis, de cumin, dans de l'eau chaude, & en diminuant la quantité des alimens qu'elle prend.

XIV. Il est à propos dans les premiers mois de donner aux enfans un lait leger, & délié. A mesure qu'ils avancent en âge, on peut le leur donner plus épais. Au bout d'un an le lait épais, qui leur auroit été d'abord très-nuisible, ne leur fait plus de tort.

SCHOLIE.

Un lait épais cause des obstructions dans les vaisseaux encore trop petits, & bouche, & engorge les glandes du mesentere, le velouté des intestins, & les orifices des vaisseaux lactés, & forme sur ces parties une viscosité tenace, dont on les débarrasse difficilement. D'ailleurs un lait épais, pris en abondance, a de la peine à parcourir les replis des intestins, dont le mouvement peristaltique est encore foible; ce qui fait qu'il s'aigrit, & dégenere en une corruption, qui cause aux enfans des gonflemens incommodes, des tranchées, des convulsions, des diarrhées douloureuses,

des veilles, des épilepsies, & des terreurs pendant le sommeil.

XV. Il faut faire prendre le lait aux enfans au moins pendant un an. Ils en deviennent plus forts, & plus vigoureux ; & si l'on est obligé de les sevrer au bout de six, ou huit mois, il faut les accoûtumer, & même peu à peu, à des nourritures extrêmement legeres, & aisées à digerer.

SCHOLIE.

Presque toutes les meres ont la manie de gorger les enfans à la mammelle de bouillies faites avec la farine, les œufs, & le lait ; nourriture extrêmement visqueuse, & qui ne peut leur être que nuisible. Il leur est beaucoup plus avantageux, de leur faire prendre une panade composée de mie de pain mollet, d'eau, & de bierre. Ils se trouveront aussi très-bien de l'infusion de racines de reglisse, des feuilles de veronique, ou de scordium, ou d'une décoction d'orge aromatisée d'écorce de citron ; boisson dont les nourrices se serviront fort utilement pour purifier leur lait.

XVI. Il faut bien prendre garde de faire prendre beaucoup de lait aux enfans, dans le tems qu'ils ont mal aux

dents, ou qu'ils ſont attaqués de quelques autres maladies ; parce qu'elles cauſent une ſtagnation du lait, promptement ſuivie de ſa corruption ; ce qui ne fait qu'aigrir le mal.

SCHOLIE.

Car dans toutes les grandes douleurs tout le ſyſtême des nerfs, à raiſon de l'étroite correſpondance qu'il y a entre les parties nerveuſes, eſt attaqué ; or les parties nerveuſes ne peuvent tomber en convulſion violente, que la tenſion, le mouvement periſtaltique de l'eſtomac, & des inteſtins, & par conſequent la digeſtion, & les excretions, ne ſoient très-derangés, & que le ventre ne ſe ſupprime.

XVII. Plus on eſt en bas âge, plus on a beſoin de ſommeil ; & plus on devient âgé, plus il faut en retrancher peu à peu.

XVIII. Il faut avoir ſoin de tenir le ventre libre aux enfans, & qu'ils aillent ſouvent à la ſelle. Dès que leur ventre devient pareſſeux, on doit être certain qu'ils ſont menacés d'une maladie prochaine.

SCHOLIE.

La liberté du ventre n'eſt pas moins une marque certaine d'une bonne ſanté dans les enfans, que dans les adultes. Car elle prouve le bon état du genre nerveux, de qui dépend le mouvement periſtaltique des inteſtins. Il faut au contraire toujours craindre le reſſerrement du ventre; parce que c'eſt une preuve de l'affoibliſſement des parties nerveuſes, & par conſequent d'une diſpoſition à recevoir les impreſſions des maladies. Et c'eſt avec grande raiſon qu'Hippocrate a remarqué, que *les enfans ſont d'autant plus ſains qu'ils ont le ventre plus lâche, & digerent mieux; & qu'ils ſont maladifs, quand ils ont le ventre reſſerré, qu'ils mangent beaucoup, & qu'ils n'engraiſſent pas, ou n'ont pas d'embonpoint* (a).

XIX. Rien ne détruit plus dans les enfans le ton du ventricule, & des inteſtins, que les purgatifs un peu forts.

(a) *Infantes ſaniores ſunt, quibus alvus valde lubricus eſt, & bene concoquunt; morboſi autem, quibus modice fluit, & qui voraces ſunt, nec tamen convenienter nutriuntur.* Hipp. *de Dentib.* §. 1.

SCHOLIE.

Tels sont ceux tirés du jalap, & de la scammonée; ceux qui se tirent des métaux, comme l'or fulminant, & le mercure doux, qui, demeurant trop long-tems dans les courbures des intestins, les corrodent d'autant mieux qu'il y attirent une quantité d'humeurs acres. Les enfans ne s'accommodent gueres que des purgatifs doux, comme la rhubarbe mêlée avec les absorbans, & la manne mariée avec l'extrait de rhubarbe. Quoique nous aïons posé pour principe, qu'il faut faire en sorte que les recremens épais, & visqueux du lait sortent tous les jours par les selles, il faut avoir également attention à entretenir l'integrité du ton du ventricule & des intestins. Car s'il s'affoiblit, ou se détruit, jamais le ventre ne fait bien ses fonctions; ce qui est la cause la plus frequente des maladies des enfans. Tel est l'effet des forts purgatifs. Ils font un grand effet le jour de leur operation, mais ils affoiblissent, ou même détruisent le ton des intestins, & causent des suppressions du ventre, qui deviennent des sources fecondes des maladies des enfans. Nous l'avons souvent annoncée;

& observée, cette verité cruelle, au sujet d'enfans de la premiere distinction; &, malgré les railleries qu'elle m'a fait essuïer de la part des Medecins ignorans, un évenement malheureux n'a que trop justifié ma façon de penser. Cette verité étoit connuë de Ferrarius, dont voici les propres paroles : *Les enfans sont trop foibles pour pouvoir supporter l'operation des medicamens fort actifs* (a). Il en est de même des narcotiques, qui sont contraires au temperament des enfans, & disposent leurs corps aux atteintes des maladies.

X X. Il faut que les enfans, pendant les premieres années, mangent souvent, mais peu à la fois; & plus les alimens dont ils usent sont temperés, mieux la nutrition se fait chez eux.

SCHOLIE.

Cette regle du regime est appuïée sur l'autorité d'Hippocrate, qui dit, que *ceux qui croissent ont beaucoup de chaleur innée, & demandent beaucoup de nourriture; autrement leurs corps se détruisent* (b).

(a) *Infantes, ob virium imbecillitatem, medicamenta valde alterantia tolerare non possunt.* Ferrari. *Lib. de Art. Med. Infant.*

(b) *Qui crescunt plurimum habent calidi in-*

Car l'accroissement du corps demand[e] que beaucoup de suc nourricier soi[t] peu à peu attaché aux parties. Et, comme l'estomac des enfans n'est point assez fort pour digerer une grande quantit[é] d'alimens, il faut que cette quantité se partage en plusieurs fois, & par consequent qu'ils mangent souvent ; & plus les alimens sont temperés, plus ils sont propres à fournir un suc capable d[e] nourrir leurs parties.

XXI. Il faut que les enfans évitent dans l'usage de toutes les choses non-naturelles, tout ce qui est intemperé.

SCHOLIE.

C'est un poison pour les enfans qu[e] le vin, l'eau-de-vie, & tous les acides ; car non-seulement ils sont contraires à la nutrition, & à l'accroissement du corps, mais ennemis des nerfs, & du cerveau, dont ils troublent souvent le[s] fonctions.

XXII. Une transpiration égale, & moderée, contribue beaucoup à entretenir la santé des enfans. Il faut don[c] dans la chambre, le lit, & par-tout ailleurs, qu'ils sentent les douceur[s]

nati, plurimoque egent nutrimento ; alias corpu[s] absumitur. Hipp. *Lib. de Puer. Nutrit.*

d'un

d'une chaleur moderée, & les garantir de toutes atteintes d'un froid un peu aigre. Autrement ils ſont aiſement attaqués de tranchées, & de hoquet.

SCHOLIE.

Hippocrate dit fort bien: *Ceux qui tranſpirent bien ſont plus foibles, mais plus ſains, & ſe retabliſſent plus aiſement de leurs maladies. Ceux qui tranſpirent mal ſont plus forts avant d'être malades, mais quand ils le ſont devenus, ils ont plus de peine à ſe rétablir* (a). La principale raiſon pourquoi la tranſpiration eſt neceſſaire aux enfans, c'eſt qu'ils ont beſoin de beaucoup de nourriture, dont la meilleure partie doit ſortir du corps. Or mieux on tranſpire, & plus le ſuc nourricier eſt pur, & ſalutaire.

XXIII. La ſanté des enfans à la mammelle, dépend principalement de la nature du lait, & de la diſpoſition ſaine, ou foible, de la nourrice.

[a] *Qui probe perſpirant, debiliores, ſed ſaniores ſunt, & a morbis facile reconvaleſcunt; qui male perſpirant, priuſquam ægrotent, fortiores ſunt; ubi autem ægrotarunt, difficilius a morbis reconvaleſcunt.* Hipp. *Lib. de Aliment.* §. VI.

SCHOLIE.

L'enfant tirant ſa nourriture de ſa nourrice, il n'eſt point poſſible qu'il ne ſoit fort incommodé, ſi le lait eſt mal conditionné, ou entierement gâté. C'eſt par cette raiſon qu'il tombe ſouvent en épilepſie, lorſque la nourrice eſt attaquée d'accès violens de colere, ou de crainte. Il eſt à propos dans ce cas d'épuiſer ſouvent les mammelles de la nourrice, du lait qu'elles contiennent; & de prendre garde que l'enfant ne le tire avant vingt-quatre heures. Il faut donc avoir ſoin de donner aux enfans, des nourrices bien reglées, & de bonnes mœurs, afin que la diſpoſition du lait ne change pas. La meilleure nourrice, & la plus propre pour la ſanté de l'enfant, eſt celle qui n'eſt ni trop jeune, ni trop âgée; qui a déja fait au moins une nourriture; qui a eu deux enfans, & n'a jamais fait de fauſſe couche. On peut ajouter aux qualités que nous venons de requerir, qu'elle uſe de bons alimens, qu'elle prenne beaucoup de liquide, très-leger, qu'elle s'abſtienne de tous acides, ſpiritueux, & de tout ce qui eſt diſpoſé à la corruption, des forts purgatifs, du ſommeil pris le jour

après les repas, des plaisirs de l'amour, qu'elle fasse exercice au moins deux fois par jour, qu'elle n'ait point trop de lait, & ne l'ait point trop épais, parce qu'il engendre des furoncles, & beaucoup de maladies des premieres voïes.

XXIV. Il faut se garder très-soigneusement d'agiter le tendre corps des enfans par une quantité de medicamens, ou par des medicamens forts; il faut plûtôt emploïer ceux dont l'operation est douce, qui n'alterent pas le ton des intestins, & qui entretiennent la transpiration.

Scholie.

Il ne faut jamais donner aux enfans de medicamens forts; &, si le besoin l'exige, on les fait prendre beaucoup plus sûrement à la nourrice. Car c'est une experience certaine, que les purgatifs, ou laxatifs, qu'on donne aux nourrices, purgent aussi les nourrissons.

XXV. Comme les enfans ont besoin d'accroissement, & de nutrition, il faut leur faire prendre beaucoup de nourriture, & peu à la fois, & une nourriture propre à fournir un bon suc nourricier. Il est aussi très-necessaire qu'ils fassent un exercice moderé, &

qu'ils s'entretiennent dans une transpiration continuelle. C'est le vrai moïen de les faire croître très-heureusement.

SCHOLIE.

Il faut avoir grande attention à empêcher les enfans de prendre des alimens doux, du lait, & du fromage; parce que ces nourritures favorisent la generation des vers, & corrompent les humeurs. Il faut aussi leur interdire le vin, les boissons spiritueuses, & les exercices violens, de crainte que leurs liqueurs ne s'enflamment, & que le corps desseché mal-à-propos, ne soit privé de l'accroissement convenable. Ceux d'entre eux qui étudient les belles Lettres, doivent outre cela éviter soigneusement les alimens d'un tissu épais, & ceux qui engendrent des vents, comme les feves, les pois, le millet, la pâtisserie, & les biertes enivrantes. Car tout cela épuise le corps, abbâtardit l'esprit, & en émousse la vivacité.

XXVI. C'est avec raison que Celse a dit, que *la nature des alimens, & la maniere dont on les traite, interesse moins les jeunes gens, que les autres* (a).

[a] *Juvenum minus quæ assumant, & quomodo curentur, interest.* Cels.

SCHOLIE.

Dans la jeunesse on a plus de vigueur, & les parties solides ont plus de force. A ce titre on est moins exposé aux assauts des maladies, & moins obligé de s'assujettir à l'austerité du regime.

XXVII. Dans la jeunesse, & l'âge viril, il faut toujours se renfermer dans les bornes de la mediocrité; & regler le manger, de sorte qu'il repare les forces, & non pas qu'il les abbatte.

XXVIII. Quant à l'administration des alimens, il faut qu'on évite de faire entrer dans le sang, lorsqu'il est trop agité par des choses chaudes, & spiritueuses, ou par quelque exercice, une boisson froide, ou un air froid. C'est par de semblables imprudences qu'une grande partie des jeunes gens est attaquée d'inflammations opiniâtres, qui leur causent une mort prématurée.

XXIX. Dans la jeunesse, & l'âge viril, il faut s'abstenir, autant qu'il est possible, des choses trop chaudes, & qui donnent trop de mouvement au sang, des forts purgatifs, & des violentes passions de l'ame. Il ne faut pas condamner à cet âge l'usage de la saignée, lorsque la necessité le demande.

SCHOLIE.

Nous ne pouvons nous empêcher de rapporter à ce propos un paſſage remarquable de Baglivi, qui s'explique en ces termes : *Dans la jeuneſſe il eſt ordinaire aux liqueurs de faire effort vers les parties ſuperieures , & dans la vieilleſſe vers les inferieures. Cette difference vient , à ce que je m'imagine , du trop grand relâchement des ſolides , & des fluides , dans les vieillards ; & de leur trop de force, de tenſion, & de reſſort dans les jeunes gens. C'eſt ce qui fait dire à Duret , dans ſon Commentaire ſur les Coaques d'Hippocrate , fol. 66 , & 69. Les fievres ardentes dans la jeuneſſe , ſe gueriſſent par un ſaignement de nez , & dans la vieilleſſe par la dyſenterie. Mais ſi l'on veut que ces axiomes ſe juſtifient dans la pratique , comme il doit arriver , & comme c'eſt la loi de la nature , il faut que l'eſprit du malade ſoit libre de tous ſoins , afin que les eſprits aïent la liberté de ſuivre les mouvemens de la nature , de ſe répandre de côté , & d'autre , & d'animer toutes les parties. Car lorſque l'eſprit eſt agité , & troublé , par les inquietudes , les études , ou les affaires de la vie civile , la circulation des liqueurs eſt troublée d'une infinité de manieres , & les liqueurs ſe portent avec fureur*

de côté, & d'autre, où elles ne devoient pas couler (a). On peut consulter Baglivi, page 350 de ses œuvres, où cette matiere est traitée plus au long.

XXX. Il est avantageux à la santé de s'accoûtumer de jeunesse aux travaux penibles, & à un genre de vie dur, & de se faire plûtôt au froid, qu'au chaud.

XXXI. Il faut que le regime des vieillards soit plus exact; parce qu'on doit les ranger dans la classe des personnes foibles.

XXXII. Il faut sur-tout dans la

(a) *In juvenibus humores ut plurimum faciunt impetus superiora versus, in senibus vero versus inferiora. Pendet id, si licet opinari; ex laxitate nimia solidorum & fluidorum in senibus, contra vero ex nimia vi, tensione, ac elatere eorumdem in juvenibus. Hac de causa ait Duretus in Coac. fol. 66. & 69. Febres ardentes in juvenibus solvuntur per hæmorrhagiam narium, in senibus per dysenteriam; sed ut hæc certo observentur in praxi, sicut revera observari debent, jubente sic naturæ lege, animus omni cura solvendus est, ut libere hinc inde diffluere possint spiritus, & irradiare partes singulas, juxta naturæ ordinem. Nam animo, curis, studiis, & mille aliis causis vitæ civilis agitato, turbatoque, liquidorum omnium cursus mille modis turbantur, agitanturque; effluunt hinc inde furibunde, quæ fluere non debent.* Bagliv. *Oper. p.* 350.

vieilleſſe avoir la moderation en recommandation, la ſobrieté dans le boire, & le manger, & la tranquillité de l'ame. Car tout excès eſt extrêmement contraire à l'état des vieillards.

SCHOLIE.

Il faut donc ſe garder dans un âge avancé, de tout excès de manger, du frequent uſage du vin, ſur-tout s'il eſt tartareux, & acide, éviter les alimens intemperés, ſalés, acides, durs, & de difficile digeſtion.

XXXIII. Rien ne fait plus de tort aux vieillards que l'uſage trop frequent des acides, & la violence du froid.

SCHOLIE.

Dans un âge avancé le ſang circule lentement, & toutes les excretions, qui, dans un autre âge entretiennent la ſanté, deviennent languiſſantes; ce qui épaiſſit les humeurs, & les diſpoſe à la ſtagnation. Or le froid, & les acides, font perdre aux liqueurs leur fluidité, & diminuent la chaleur; il eſt donc évident qu'ils doivent être très-contraires à la ſanté des vieillards, & contribuer beaucoup aux maladies auſquelles cet âge eſt ſujet. Et comme les alimens ai-

griſſent très-aiſement dans l'eſtomac des vieillards, le laitage, & le fromage, leur ſont ordinairement beaucoup de mal.

XXXIV. Il faut que les vieillards faſſent principalement uſage d'alimens de digeſtion aiſée, & ſur-tout au ſouper. C'eſt le moïen d'avoir un ſommeil tranquille, qui eſt d'une grande reſſource dans le déclin de l'âge.

XXXV. Plus les nourritures ſont ſimples, & temperées, plus elles ſont propres à entretenir la ſanté des vieillards.

XXXVI. Il ne faut jamais que les vieillards s'écartent ſans de graves raiſons, du regime qu'ils ſuivent depuis long-tems, tant par rapport aux exercices, qu'aux alimens.

XXXVII. Une tranſpiration moderée eſt ſur-tout avantageuſe aux vieillards; il faut donc faire de ſon mieux pour que cette évacuation ſubſiſte dans ſon integrité.

SCHOLIE.

La tranſpiration eſt extrêmement aidée par le mouvement, ou l'exercice du corps, fait dans un air temperé; par un vin fort, & vigoureux, dont le ſeul

avantage n'eſt pas d'entretenir cette excretion, mais de communiquer de la force, & de la vigueur au corps ; ce qui fait donner avec raiſon à cette eſpece de vin, le nom de lait des vieillards. Les infuſions des plantes aromatiques, comme la ſauge, la meliſſe, l'écorce de citron, & la cannelle, font auſſi le même effet. Mais les vieillards ſe trouvent fort mal des vins vaporeux, & ſulphureux, & de ceux qui ont des principes acides, ou aſtringens ; parce qu'ils reſſerrent le ventre, & empêchent l'écoulement de l'urine en quantité convenable.

XXXVIII. La ſaignée procure de grands avantages aux perſonnes avancées en âge ; & ſur-tout ſi elles ont des forces, ſi leur appetit eſt en ſon entier, & tout le corps encore vigoureux.

SCHOLIE.

Une grande partie des vieillards pourroit beaucoup prolonger ſa vie, ſi elle ne negligeoit pas le ſecours de la ſaignée. Car la trop grande quantité de ſang, que la vie ſedentaire, & la nourriture un peu trop abondante, cauſe à cet âge, donne la mort à pluſieurs, en les faiſant tomber dans le ſcorbut, les engorgemens des viſceres, le maraſme ;

les affections soporeuses, & principalement l'apoplexie. J'ai traité ce sujet plus au long dans la Dissertation, où je prouve, que *la saignée est un excellent remede pour prolonger la vie*. (a).

XXXIX. Les vieillards qui n'ont pas assez de forces pour faire exercice, doivent y suppléer par les frictions.

XL. Il faut que les vieillards s'abstiennent du trop grand usage des viandes. Les vegetaux cuits, comme les raisins, les prunes, les pommes, conviennent beaucoup mieux à leur santé.

Scholie.

Les viandes causent trop de sang; ce qui est sur-tout dangereux aux vieillards, peu propres à ce titre à faire exercice; & ce qui cause principalement les maladies ausquelles ils sont sujets. On sert beaucoup mieux leur santé en les reduisant aux legumes aisés à digerer, aux herbes potageres, & aux poissons; parce que ces choses sont peu de suc nourricier. Il ne sera point hors d'œuvre de placer ici une observation de Baglivi. Voici ses termes: *On remarquera dans la pratique que quelques personnes at-*

(a) *Dissertatio de vena sectione magno ad vitam longam remedio.*

taquées de fluxions, & de maladies chroniques, se retablissent pendant le Carême, & retombent dans les mêmes accidens après Pâques, à cause de l'usage des viandes. On observera encore que l'usage des choux, des legumes, des plantes potageres, des poissons, & autres alimens de même espece, usage qui est tombé dans l'oubli, guerit certaines maladies, que les alimens d'un bon suc aigrissent, & augmentent (a).

XLI. Les purgatifs, & les passions violentes de l'ame, nuisent extrêmement aux vieillards. Car plus le corps est foible, & épuisé, plus il est blessé de quelque intemperie que ce soit.

XLII. Il faut assortir le regime aux saisons de l'année ; puisque les changemens du corps sont inseparables de ceux de l'air.

XLIII. En hyver l'air a plus de ressort ; les fibres ont plus de force, & de disposition à l'exercice des mouvemens, & à operer la dissolution des alimens ;

(a) *Animadvertes in praxi aliquos ægros fluxionibus & diuturnis morbis obnoxios, tempore quagesimali convalescere, paschate iterum ab esu carnium languescere. Observabis etiam quosdam morbos ab absoleto usu caulium, leguminum, olerum, piscium, aliorumque ciborum hujusmodi evanescere, cibis vero boni succi exacerbari, & crescere.* Bagliv. *Oper. p.* 388.

on peut donc alors ſupporter plus aiſement que dans tout autre tems, les alimens durs, & compacts.

XLIV. La tranſpiration en hiver étant en quelque maniere empêchée par le reſſerrement des vaiſſeaux de la peau cauſé par le froid, il eſt avantageux de boire ſon vin moins trempé, & de la bierre plus forte. On ſe ſervira auſſi avec ſuccès en ce tems de bouillons, & d'infuſions chaudes, pris frequemment; & l'on doit toujours avoir attention à faire répondre la quantité de la tranſpiration à celle des alimens.

XLV. C'eſt une très-mauvaiſe coutume, & cependant très-bien établie en Allemagne, pendant les grands froids, d'échauffer tellement les chambres, ſur-tout celles qui ſont au rez-de-chauſſée, qu'on y eſt preſque brûlé. Car étant obligé de s'expoſer au froid de tems en tems, par rapport à l'excès de la chaleur de ces chambres, on tombe dans des fluxions catarrheuſes, des rhumes de cerveau, des foibleſſes de tête, qui par la ſuite cauſent de dangereuſes maladies des nerfs.

XLVI. Au printems il faut manger un peu moins, & boire un peu plus. C'eſt auſſi la ſaiſon où l'on goute

le plus sûrement les plaisirs de l'amour.

XLVII. C'est une faute très-préjudiciable à la santé, de quitter l'habit d'hiver dès le commencement du printems; & de lui en substituer d'aussi legers que ceux que l'été rend supportables.

SCHOLIE.

Rien de plus variable que la saison du printems ; & il n'est aucun tems de l'année où la temperature de l'air soit sujette à plus de vicissitudes. Or s'il arrive qu'un tems doux change subitement en froid, le froid s'insinue dans les pores dilatés par la chaleur, les resserre, & supprime, au grand dommage de la santé, une excretion extrêmement salutaire, sur-tout au printems.

XLVIII. La suppression de la transpiration n'est jamais plus à craindre qu'au printems ; parce qu'elle dispose le corps à des maladies très-dangereuses.

SCHOLIE.

La preuve de cette verité se tire de plusieurs maladies, & fievres, sur-tout des fievres accompagnées d'éruption, qui arrivent ordinairement au prin-

tems, & n'ont d'autre cauſe que l'interception de la tranſpiration. Car il s'amaſſe en hyver, à cauſe de la quantité d'alimens, beaucoup de ſucs ſuperflus, que la nature travaille à faire ſortir au printems, en cauſant une dilatation des ſolides, & des fluides. Il n'y a donc point de ſaiſon dans l'année plus propre que le printems, à préſerver le corps de maladie. On voit par-là d'où vient la coutume établie de ſe faire ſaigner au printems, de ſe faire purger, & de prendre des bouillons alterans. Car la diſpoſition de l'air aide beaucoup l'effet de ces cures préſervatives, & les rend efficaces. Il faut donc avoir grand ſoin d'empêcher au printems que la tranſpiration, qui doit dégager tout le corps de ſes impuretés, ne ſouffre aucun dommage.

XLIX. Il n'y a aucune ſaiſon, ou tems de l'année, qui cauſe plus de maladies que l'automne, & le printems. Or le plus grand ſecours contre la maladie eſt la tranſpiration; il faut donc maintenir ſa liberté dans ces ſaiſons avec le plus d'attention qu'il eſt poſſible.

Scholie.

C'eſt pourquoi il faut alors ſe garan-

tir exactement du froid ; & comme l'air se trouve chargé de beaucoup d'exhalaisons ennemies de la nature, il faut éviter avec beaucoup d'attention, de s'exposer au grand air le soir, & le matin, au commencement du printems, & sur la fin de l'automne, c'est-à-dire aux mois de Mars, & de Novembre.

L. Il faut emploïer les mêmes précautions en automne qu'au printems, parce que l'air est également sujet dans les deux saisons, aux mêmes intemperies, aux mêmes vicissitudes, qui causent si aisement la suppression de la transpiration. Et comme l'équinoxe tombe dans cette partie de l'année, il faut opposer les cures préservatives aux maladies qui ménacent alors.

L I. En été il est plus salutaire de faire usage de vegetaux, & de boissons délaïées ; il faut aussi s'abstenir d'alimens durs, & compacts, du vin, de l'eau-de-vie, de l'usage immoderé du tabac, qui est plus supportable au printems, & en automne. Il faut aussi dans cette saison, suivant le conseil de Celse, éviter les plaisirs de l'amour.

CHAPITRE

CHAPITRE XIII.

Du regime convenable aux femmes.

I. LE regime doit être different ſuivant la difference des ſexes.

II. Les femmes ſont plus foibles que les hommes, & par conſéquent le même regime ne convient pas aux deux.

SCHOLIE.

Les femmes ont l'habitude du corps plus lâche que les hommes, elles paſſent une partie de leur vie dans l'oiſiveté, & le plaiſir; elles ont le corps extrêmement ſenſible, diſpoſé aux convulſions, & aux mouvemens convulſifs, & à amaſſer une quantité de ſang ſuperflu; elles ſont d'ailleurs ſujettes à une évacuation periodique de cette liqueur. De-là l'on doit conclure qu'il faut leur preſcrire un regime different de celui qui convient aux hommes.

III. L'experience prouve que les femmes ſe portent ordinairement très-mal quand l'évacuation, qu'elles ſouffrent tous les mois, eſt ſupprimée, ou

même dérangée ; & qu'elles joüissent d'une bonne santé, quand elle va bien.

SCHOLIE.

Le Medecin doit donc avoir beaucoup d'attention à maintenir la quantité, le tems, & l'ordre de cette évacuation, & à empêcher qu'un mauvais regime, ou une imprudence ne la trouble, ou ne la supprime. Or rien ne la trouble davantage, que d'exposer au froid le ventre, & les parties inferieures, lorsque le tems des regles approche. Les violentes passions de l'ame dérangent aussi puissamment cette évacuation ; & telle est, entre autres, la force de la grande crainte pour produire cet effet, qu'il est souvent arrivé qu'elle l'a entierement supprimée. Les femmes doivent encore éviter dans ce tems de s'agiter l'esprit d'inquietudes considerables, ou de desirs dereglés ; & ne peuvent au contraire lui donner une assiette trop calme, & trop tranquille. Dans le tems de l'évacuation, elles doivent éviter tout ce qui est acide, venteux, dur, & compact, ou trop rafraichissant, le laitage, & ce qui est visqueux. J'en dis autant du pain chaud sur lequel on auroit mis du beurre ; des boissons froi-

des, des bierres qui ne ſont point claires, en un mot de tout ce qui eſt aſtringent.

IV. Lorſque le flux menſtruel eſt inſtant, il eſt avantageux d'aider de toute maniere la liberté du mouvement progreſſif, & circulaire du ſang.

SCHOLIE.

Rien ne contribue mieux à produire cet effet, que les infuſions des plantes modérement balſamiques, comme les feuilles de meliſſe, de veronique, les fleurs de violier jaune, de romarin, la cannelle, l'écorce nouvelle de citron, priſes le matin à jeun en maniere de thé. Il convient auſſi de s'entretenir le ventre libre; de ſorte que s'il a été reſſerré trop long-tems, il faut donner un lavement émollient, ou une doſe de pilules balſamiques. Un exercice moderé, un air modérement chaud, ſont auſſi d'un grand ſecours; & il faut avoir grand ſoin que les pieds, & les parties inferieures, ſoient garantis des attaques du froid.

V. Les femmes groſſes demandent auſſi un regime particulier, afin qu'il n'arrive aucun mal à la mere, ou à ſon fruit.

SCHOLIE.

L'enfant encore renfermé dans le ſein de ſa mere, en fait en quelque ſorte une partie.

VI. Telle eſt la diſpoſition de la ſanté de la mere, de ſon eſprit, de ſes humeurs, de ſes mouvemens, telle eſt celle de l'enfant. Auſſi plus la mere eſt vigoureuſe, plus l'enfant a-t'il de vigueur; & tout ce qui nuit à la mere, eſt-il, à plus forte raiſon, nuiſible à l'enfant. Il eſt donc d'une neceſſité indiſpenſable aux femmes groſſes, d'avoir une extrême attention ſur elles-mêmes, & de ſuivre un regime propre à entretenir la ſanté.

VII. Ce regime conſiſte à ne faire uſage que de ce qui peut faire un ſang louable, & temperé, donner de la fluidité aux liqueurs, en écarter toutes les ſuperfluités excrementeuſes; & à écarter tout ce qui eſt intemperé, qui donne un mouvement violent aux liqueurs, qui les rend impures, ou fait trop de ſang.

SCHOLIE.

Si tout ce qui eſt intemperé eſt ennemi de la ſanté, & de la nature, à plus

forte raiſon ſera-t'il dangereux aux femmes groſſes. Elles doivent donc éviter toutes les paſſions violentes de l'ame ; le froid exceſſif, la trop grande chaleur, le trop d'alimens, les mouvemens violens, la longueur du ſommeil, les alimens difficiles à digerer, ou de mauvais ſuc, les forts émetiques, ou purgatifs, en un mot tout ce qui peut, à raiſon de ſa violence, donner aux humeurs un mouvement trop vehement. Elles ſe trouveront au contraire fort bien de tout ce qui eſt temperé, de facile digeſtion, capable de fournir de bons ſucs, & de ſortir promptement par les vaiſſeaux excretoires.

VIII. La ſuppreſſion du flux menſtruel jettant les femmes groſſes dans un état de plethore, rien n'eſt plus propre à la conſervation de la ſanté de la mere, & de ſon fruit, que la ſaignée faite à tems ; c'eſt à-dire, au ſecond mois dans quelques femmes, dans la plûpart au troiſiéme, & reïterée quelquefois au ſeptiéme, ou au huitiéme, ſuivant l'exigence des cas.

Scholie.

Il faut diminuer la trop grande abondance du ſang des femmes groſſes, par

rapport au danger dont elle menace la mere, & l'enfant; & comme les unes ont plus de ſang que les autres, une ſeule ſaignée ne ſuffit point à certaines, & il faut quelquefois aller juſqu'à la troiſiéme, ou la quatriéme. Par ce moïen on prévient l'avortement, & les autres accidens, auſquels les femmes groſſes ſont ſans ceſſe expoſées.

IX. La plethore, inſeparable de la groſſeſſe, eſt ordinairement ſuivie de la cachochymie. Il faut donc que le Medecin, chargé de la ſanté de la mere, & de l'enfant, ait ſoin d'emploïer les ſecours convenables pour faire ſortir du corps ces ſucs corrompus.

SCHOLIE.

C'eſt ce que font parfaitement les évacuans doux, qui font ſortir, ſans fatiguer, les humeurs impures des premieres voies. Le conſeil que je donne eſt auſſi celui d'Hippocrate. *Vous purgerez*, dit-il, *les femmes groſſes à quatre mois; s'il y a abondance de mauvaiſes humeurs, on les peut purger juſqu'à ſept; mais ces dernieres demandent plus de menagement* (a).

(a) *Prægnantes purgabis, ſi materia turgeat, quadrimeſtres, & uſque ad ſeptimum menſem; ſed has minus.* Hipp. *Aph.* 29. *ſect.* V.

Outre les évacuans que nous avons indiqués, on peut emploïer avec succès les medicamens balſamiques, qui procurent une évacuation douce, & fortifient en même tems l'eſtomac, les inteſtins, & tout le genre nerveux. Tels ſont les pilules de Becher, les purgatifs avec la rhubarbe, & les raiſins de rhubarbe, avec un peu de cannelle.

X. Les forts purgatifs ſont très-contraires aux femmes groſſes, parce que l'irritation violente qu'ils cauſent aux membranes des inteſtins, & aux parties nerveuſes de tout le corps, excite la matrice à des contractions capables de faire ſortir le fetus, & qu'ils détruiſent la tenſion, & la force du ventricule, & des inteſtins.

XI. Les remedes qui rendent la tranſpiration plus libre, ſont auſſi très-utiles, pour corriger l'impureté des liqueurs.

SCHOLIE.

Les femmes groſſes doivent donc faire ſouvent uſage de poudres bezoardiques fixes, de l'élixir ſtomachal, des infuſions chaudes des plantes aromatiques, prendre un exercice moderé, & boire du bon vin, mais en petite quantité,

en un mot comme il convient de s'en servir.

XII. Il faut pendant les premiers mois de la grossesse que les femmes soient sobres sur le manger, & on ne peut trop leur recommander la moderation pendant tout le tems qu'elle dure.

SCHOLIE.

Le trop d'alimens engendre beaucoup de crudités, qui empêchent la generation des bons sucs. Aussi avons-nous souvent remarqué que trop de nourriture fait tort à celle de l'enfant ; & voit-on souvent les femmes grasses mettre au monde des enfans foibles, & maigres, & au contraire des femmes maigres donner le jour à des enfans gras, & robustes.

XIII. Il faut sur-tout que les femmes grosses se garantissent des violens mouvemens de l'ame, sur-tout de la terreur, & des mauvaises impressions, qui sont extrêmement contraires à la santé de l'enfant, & dérangent, ou empêchent sa conformation naturelle.

SCHOLIE.

L'experience fait connoître que le dérangement

rangement de l'imagination de la mere influe tellement sur la conformation de l'enfant, qu'il porte souvent des marques sensibles des choses qui ont long-tems fixé l'imagination de la mere; ce qui arrive principalement dans les derniers mois de la grossesse.

CHAPITRE XIV.

De la force de l'habitude pour la conservation de la santé.

I. L'Habitude, tenant un rang distingué parmi les choses qui affectent l'ame, & le corps, influe aussi beaucoup sur la conservation de la santé, & l'usage des choses non naturelles; & par cette raison elle merite une attention particuliere de la part des Medecins.

II. L'habitude n'est autre chose qu'une certaine disposition des parties du corps qui produisent les mouvemens, à en produire préferablement quelques-uns d'elles-mêmes, ou à la moindre occasion, à cause de leur frequente repetition.

SCHOLIE.

On ne connoît point encore clairement ce que c'eſt que l'habitude, qui a tant d'empire ſur l'eſprit, & le corps. Pour nous, nous penſons qu'elle conſiſte dans une certaine aptitude des parties ſolides, ou fluides, à repeter certains mouvemens. Auſſi toutes les parties du corps ſont-elles ſujettes à l'habitude, & obeiſſent-elles promptement à ſa force.

III. L'experience journaliere nous apprend qu'il eſt difficile de changer ce à quoi l'on eſt accoûtumé, & que l'habitude eſt une ſeconde nature.

SCHOLIE.

Nous n'entendons par nature du corps qu'une diſpoſition particuliere des parties ſolides, & fluides, à produire certains mouvemens, & exercer certaines fonctions. Donc, puiſque la diſpoſition naturelle, & innée, ſe change, & s'efface, par la repetition des mouvemens produits par des cauſes externes, & cede ſa place à une entierement contraire, cette accoûtumance à d'autres mouvemens peut à bon droit s'appeller une ſeconde nature.

IV. L'habitude produit la repetition, non-ſeulement de certaines actions de certaines parties, mais elle les produit dans des tems fixes, & déterminés, & dans un certain degré.

SCHOLIE.

Il ſuffit d'avoir quelquefois mangé, dormi, de s'être éveillé, d'avoir été à la ſelle à une heure déterminée, pour que la nature s'y accoûtume, & que le beſoin de ces choſes revienne à la même heure; & de ce que la foibleſſe de ces lumieres nous empêche de penetrer juſqu'à la cauſe de ces retours reglés des mêmes beſoins, & d'en donner une explication vraie, & mechanique, on n'en doit rien conclure contre la realité de leur exiſtence. La même ignorance ne doit pas plus nous faire avoir recours à un principe qui échappe à notre imagination, tel que celui que ſuppoſent quelques Phyſiciens, qu'ils placent dans les fibres motrices du corps, & qu'ils gratifient d'une certaine puiſſance inconnue de ſentir, & d'appercevoir les choſes externes.

V. Le frequent uſage accoûtume la nature aux choſes, ou nuiſibles par elles-mêmes, ou peu convenables au corps.

SCHOLIE.

La fumée du tabac fait ordinairement grand mal la premiere fois qu'on fume ; & cependant à la longue, non-seulement elle devient aisément supportable, mais on s'y fait tellement qu'elle cause un plaisir sensible. Il en est de même des narcotiques qui causent un engourdissement, & une stupidité, aux personnes qui en font rarement usage, & cessent de nuire à force de s'en servir. C'est ce que prouve évidemment l'exemple des Persans, qui, dans le dessein de se rendre plus propres aux exercices amoureux, commencent dès leur tendre enfance par prendre un peu d'opium, dont ils augmentent peu à peu la dose, jusqu'à en prendre une grande quantité, sans aucune incommodité. Je connois une personne qui, à raison d'un crachement de sang, s'est tellement accoûtumé à l'usage des narcotiques, qu'il est parvenu à en prendre jusqu'à un demi gros sans incommodité, ou sans accident remarquable. Personne n'ignore que les habitans de certains païs s'accoûtument tellement à l'air humide, & étouffé, qu'ils y vivent long-tems sans que leur santé en souffre, pendant que cette dif

position de l'air dérange promptement celle des personnes étrangeres dans ces endroits. Il ne faut point encore oublier de remarquer que l'habitude adoucit, & corrige tellement les qualités nuisibles des alimens les plus ennemis de la nature, qu'elle les émousse considerablement, ou même les détruit entierement. Chacun sçait la mauvaise coûtume des Polonois qui prennent chaque jour plusieurs mesures d'eau-de-vie extrêmement forte ; ce qui seroit, sans contredit, très-préjudiciable à tout homme qui suivroit le même regime, sans y être accoûtumé.

VI. La nature s'accoûtume aussi aux medicamens trop souvent réïterés, de sorte qu'ils perdent leur efficacité.

SCHOLIE.

C'est ce qu'Aristote a deja remarqué : *La nature accoûtumée aux remedes*, dit-il, *prend le dessus sur eux* (a). Il nous paroît donc très à propos de les changer dans de longues maladies.

VII. Le danger attaché aux passions de l'ame, s'anneantit aussi par l'habitude. En effet la colere habituelle ne fait plus aucun tort.

(a) *Natura pharmacis assueta eorum vires contemnit.* Arist.

VIII. Rien n'eſt plus dangereux à la ſanté que de rompre tout d'un coup ſes habitudes.

SCHOLIE.

Cette verité eſt rendue par Celſe dans les termes ſuivans : *Il eſt dangereux de paſſer tout à coup d'un air ſain à un air mal-ſain, & au contraire ; il faut ſe garder de prendre trop d'alimens après une grande faim, & d'avoir trop faim après avoir beaucoup mangé ; on s'expoſe au danger en mangeant une, ou deux fois par jour, contre ſa coûtume, & l'on ſe trouve très-mal d'une entiere ceſſation du travail, après s'y être trop abandonné. Lors donc qu'on voudra changer ſans riſque, il faut le faire peu à peu* (a). De-là vient que les perſonnes nées dans les païs ſeptentrionnaux, lorſqu'elles paſſent dans les païs chauds, ſupportent d'abord la chaleur avec beaucoup de peine, & échappent rarement

(a) *Neque ex ſalubri loco in gravem, neque ex gravi in ſalubrem tranſitus ſatis tutus eſt ; neque ex multa fame ſatietas, neque ex nimia ſatietate fames idonea eſt ; periclitaturque & qui ſemel, & qui bis de die cibum incontinenter contra conſuetudinem aſſumit ; neque ex nimio labore ſubita intermiſſio ſine gravi noxa eſt. Ergo cum quid aliquis mutare volet, paulatim debet aſſueſacere.* Celſ. *L. I. c.* 3.

à quelque maladie ; ce qui arrive aussi reciproquement aux habitans des païs chauds qui viennent dans les froids. Il arrive aussi très-communement que le changement d'un païs dans un autre, dont l'air, & la maniere de vivre, sont differens, cause de grandes incommodités, que l'habitude diminue. Nous avons aussi observé que les enfans à la mammelle qui ont été trop long-tems renfermés dans les maisons, sont fort incommodés quand on les expose tout à coup à l'air libre. Or on ne peut gueres rendre d'autre raison de tous ces phenomenes, que le changement brusque, & subit des choses que l'habitude a rendues familieres.

IX. Hippocrate a donc eu raison de dire, que *ce à quoi on est accoûtumé depuis long-tems fait moins de mal, quoique plus mauvais, que ce à quoi on n'est pas accoûtumé* (a) ; & ailleurs, *l'habitude fait supporter aux personnes foibles, ce qui incommoderoit des personnes robustes qui n'y sont point faites* (b).

(a) *Ex multo tempore consueta inconsuetis molestare non solent, etsi sint deteriora.* Hipp. *Aph.* 50. *sect.* II.

(b) *Assueti debiles ferre possunt ea quæ inassuetis robustis molestiam creant.* Hipp. *Aph.* 49. *sect. ejusd.*

SCHOLIE.

Ceux qui ſont accoutumés à un air renfermé, comme celui des villes, ſont aiſement incommodés de l'air pur, libre, & dégagé, tel qu'eſt ordinairement celui de la campagne, & ſont ſouvent attaqués de laſſitudes par tout le corps, & de peſanteur de tête. Ceux qui ont long-tems bû des bierres ameres, ne peuvent plus ſupporter les bierres douces. Il faut donc accorder quelquefois aux malades, en faveur de l'habitude, l'uſage de ce qui ne leur peut pas être fort nuiſible. Conſultez ſur ce ſujet le commentaire de Spon ſur l'aphoriſme 64 d'Hippocrate, ſect. IV.

X. Si l'on veut faire quelques changemens à ſa maniere de vivre, bien que ce ſoit en mieux, il faut les faire inſenſiblement. Car, ſuivant Hippocrate, *ce qui ſe fait peu à peu, & ſucceſſivement, ſe fait ſûrement* (a).

XI. Un homme parfaitement ſain, & robuſte, ne doit ſe former de longues habitudes de quelque choſe que ce ſoit.

(a) *Quod paulatim & ſucceſſive fit, illud tuto fit.* Hipp. *Aph.* 50. *ſect.* II.

SCHOLIE.

Celſe donne à ce ſujet un excellent précepte, que je vais tranſcrire : *Tout homme ſain, vigoureux, & qui eſt ſon maître, doit varier ſa maniere de vivre ; tantôt être à la campagne, tantôt à la ville, tantôt dans les champs, naviguer, chaßer, ſe repoſer quelquefois, & ſur-tout faire beaucoup d'exercice, prendre le bain tiede, ou froid, ſe faire oindre le corps, quelquefois le negliger ; n'éviter aucune eſpece d'alimens, de ceux même qui ne ſont d'uſage que dans le peuple ; quelquefois donner à manger, être quelquefois à ſon ordinaire, manger certaines fois plus qu'il ne faut, & d'autres ſe renfermer dans les bornes de la moderation* (a).

(a) *Sanus homo, & qui bene valet, & ſuæ ſpontis eſt, varium habere debet vitæ genus ; modo in rure eſſe, modo in urbe, modo in agro ; navigare, venari, quieſcere interdum, ſed frequenter ſe exercere. Prodeſt etiam balneo uti, interdum aquis frigidis, modo ungi, modo idipſum negligere ; nullum cibi genus fugere quo populus utitur ; interdum in convictu eſſe, interdum ſe ab eo retrahere ; modo plus juſto, modo non amplius aſſumere.* Celſ. *Lib. I. c.* 1.

CHAPITRE XV.

Des moïens propres à conserver la santé, & à prévenir les maladies.

I. UN homme sain, & jouissant d'une santé parfaite, ne doit se servir que le moins qu'il peut de Medecins, & d'Apotiquaires ; à quoi Montan ajoute qu'il doit éviter les Medecins, & les medicamens, si sa santé lui est chere.

SCHOLIE.

Il ne faut pas borner ce précepte aux seules personnes robustes. On doit l'étendre jusqu'aux foibles. Les premieres se connoissent à la grandeur de leurs vaisseaux, à la fermeté de leurs chairs, & de leurs nerfs, à la solidité de leurs os, & à la grande force qu'ils ont pour resister aux injures des causes exterieures. Ces corps resistent plus aisement aux attaques des maladies, vivent plus long-tems, & se rétablissent plûtôt, si, dans quelque genre de vie qu'ils aïent embrassé, ils ont toujours respecté les loix de la temperance, & de la moderation. Or ces sortes de sujets n'ont pas

besoin d'un regime si exact, ni de tant de remedes, ou si variés. On voit aussi tous les jours que les personnes délicates, foibles, & sujettes aux maladies, comme les hypochondriaques, se trouvent mal de la multiplicité, & de la varieté des medicamens. Aussi Montan, l'un des plus habiles Medecins, leur conseille-t'il d'éviter les Medecins, & les remedes, s'il cherissent leur santé.

II. Ceux qui veulent conserver leur corps, & leur santé, dans leur état d'integrité, doivent s'abstenir des forts purgatifs, parce qu'ils sont de nature virulente, & ennemie de la nôtre; qu'ils ne conviennent à aucun âge; & qu'ils détruisent les forces non-seulement de l'estomac, mais même de tout le corps.

SCHOLIE.

Asclepiade, au rapport de Celse (*a*), a supprimé presque tous les purgatifs; parce que presque tous font tort à l'estomac, & sont de mauvais suc. Celse est aussi du même avis; car il dit, que *le meilleur remede est de n'en point faire* (b). En quoi il s'accorde avec Hippocrate

(*a*) V. La Préface du Livre I.

(b) *Optima medicina est non uti medicina.* Cels.

qui poſe pour principe, qu'*il eſt dangereux de purger ceux qui ſe portent bien* (a); & dans un autre endroit, *que la ſanté des perſonnes les plus ſaines ſe détruit promptement ſi on les fatigue de purgatifs* (b). Campegius a donc raiſon d'appeller les purgatifs, empoiſonnés, & maudits (*c*); & par conſéquent Craton, dont la longue experience rend l'autorité ſi reſpectable, avance avec verité, *que ceux qui veulent ſuivre un regime exact, n'ont pas beſoin des meilleurs medicamens; car*, ajoute-t'il, *il n'eſt rien que l'on ne doive tenter pour conſerver la ſanté, avant d'avoir recours aux remedes* (d).

III. C'eſt une très-mauvaiſe coutume, & cependant très-autoriſée, de ſe remplir le corps, & de manger tout ce qui fait plaiſir, puis de demander aux Medecins des évacuans, après leſquels on reprend ſon premier regime.

(a) *Qui bene habent, hos purgare periculoſum eſt.* Hipp. *Aph.* 33. *ſect.* II.

(b) *Sana habentes corpora, dum purgantibus fatigantur, cito ſolvuntur.* ibid. *Aph.* 36.

(*c*) Campeg. *De cribrat. medicam.*

(d) *Qui rectam victus rationem tenere volunt, iis optimam medicinam præſcribere ſupervacaneum eſt; nam omnia prius ad valetudinem rectam tuendam tentanda ſunt, quam corpus medicamentis laborioſè commovendum.* Crato.

IV. Si l'uſage des choſes non naturelles a fait aſſez de mal à quelqu'un pour craindre une maladie prochaine, il faut tenter l'évacuation de la matiere ſuperflue, & morbifique, par l'abſtinence, le mouvement, & le repos, tant de l'eſprit que du corps, avant d'avoir recours aux Medecins.

V. Comme rien ne contribue plus à engendrer la plethore, & la cacochymie, ſources fecondes de maladies, que la trop grande quantité d'alimens ſolides, & liquides, il eſt neceſſaire que le Medecin ait attention à procurer les évacuations du ſang, & des humeurs ſuperflues; or parmi les évacuans, la ſaignée tient le premier rang, & c'eſt celui dont on reçoit le plus prompt ſoulagement.

Scholie.

Il ne ſeroit point difficile de ſe paſſer de ſaignée, ſi l'on vouloit diminuer le ſuperflu du ſang, & des humeurs, par l'abſtinence, le mouvement, & l'exercice. Mais comme peu de perſonnes ſont capables de prendre cette reſolution, la ſaignée devient d'un uſage indiſpenſable. On peut voir ce ſujet traité plus au long dans la Diſſertation où nous

prouvons, que *la ſaignée eſt un puiſſant remede pour conſerver la ſanté, & prolonger la vie* (a).

VI. C'eſt au printems, & en automne, ſur-tout vers le tems des équinoxes, que la ſaignée fait le plus de bien; & qu'elle eſt d'un plus grand ſecours pour garantir le corps de differentes maladies.

SCHOLIE.

C'eſt le ſentiment d'Hippocrate, qui s'en explique ainſi, *lorſqu'on a beſoin de ſaignée, ou de purgation, c'eſt au printems qu'il faut en faire uſage* (b). Ainſi les cures préſervatives du printems, & de l'automne, ne ſont pas à mepriſer, quoique fort anciennes. Car la ſaignée diminue la quantité du ſang, qui n'eſt jamais plus incommode, & plus dangereuſe qu'au printems, & les purgatifs diminuent l'abondance des ſeroſités vicieuſes.

VII. Les maladies opiniâtres, & chroniques, venant en partie du deffaut

[a] Diſſert. *De magno venæ ſectionis ad vitam ſanam & longam præſidio.*

[b] *Quibus venæ ſectio aut medicamentum conducit, his vere venam ſecare, aut medicamentum purgans exhibere convenit.* Hipp. *Aph.* 47. *ſect.* VI.

des alimens, & de digestion, & en partie de celui des excretions, le Medecin doit apporter ses soins, s'il ne veut negliger aucun des moïens préservatifs, pour aider, s'il en est besoin, la digestion des alimens, les excretions en general, & sur-tout la transpiration.

SCHOLIE.

On doit donc regarder tout ce qui aide la chylification, c'est-à-dire, ce qui engendre un chyle doux, & spiritueux, & qui corrige les aigreurs des premieres voies, aigreurs extrêmement ennemies du chyle, comme les remedes les plus sûrs, & les plus efficaces, pour la conservation de la vie, & de la santé. Tels sont tous les medicamens balsamiques, confortatifs, & stomachiques, composés de balsamiques, d'aromatiques, & de fortifians, comme l'essence d'écorces d'oranges, le sel volatil huileux de Sylvius, notre baume de vie, l'essence d'ambre, l'élixir stomachal de Michel, notre élixir balsamique décrit dans les notes sur Potier. Les amers font aussi des miracles, quand il s'agit d'aider la chylification, parce qu'ils émoussent l'acide, détergent les viscosités, & aident excellemment les excre-

tions qui se font par le bas ventre ; lorsqu'ils sont joints avec les baumes ci-dessus cités. Les teintures ameres d'absynthe, de trefle d'eau, de racines de gentiane, de petite centaurée, de chardon benit, tiennent une place distinguée parmi les amers. On se sert aussi avec succès des alkalis, sur tout fixes, & terreux, parce qu'ils absorbent l'acide. Ceux qui sont tirés du regne animal, sont les plus sûrs, & entre ceux-là on ne peut assez exalter les yeux d'écrevisses, & les coquilles d'œufs, à cause d'une terre legere dont ils sont composés.

VIII. Il faut regarder la langueur, ou la suppression des évacuations excretoires, comme la principale cause des maladies, contre lesquelles la Medecine fournit des armes. Le Medecin doit donc avoir soin de faire faire tous les jours le devoir au bas ventre.

SCHOLIE.

Entre les remedes qui rendent le ventre libre sans incommoder, & sans faire tort au mouvement peristaltique, les remedes salins meritent le premier rang, parce qu'ils n'ont aucune qualité veneneuse, & qu'ils agissent principalement

lement en picotant ; & parmi les ſels ceux qui meritent la préference ſont le ſel d'Epſom, celui de Sedlic, qui vient d'une fontaine de même nom, que j'ai découverte dans la Boheme ; l'arcanum duplicatum ; le ſel des fontaines d'Eger (*a*) ; le tartre ſoluble, & le tartre vitriolé. Il faut cependant convenir que l'aloës bien preparée, & mêlée avec des balſamiques, à l'imitation de Becher, comme elle l'eſt dans les pilules d'Hermann, de Stahl, & les nôtres, diſpute la préference aux ſels.

IX. La tranſpiration dans ſon état de liberté ſurpaſſant toutes les autres excretions, & étant le meilleur ſoûtien de la ſanté, il ne faut pas negliger de l'aider de ſon mieux, quand elle vient à languir.

SCHOLIE.

L'infuſion dans l'eau chaude de nos plantes moderement balſamiques, & même des confortatives, comme la veronique, la betoine, la ſauge, la meliſ-

(*a*) Eger eſt une petite ville de Boheme, où ſont de ſources chargées d'une grande quantité de ſels amers qu'on en tire par l'évaporation, & qui ſont purgatifs, à peu près comme le ſel d'Epſom.

ſe, la menthe, le baſilic,la ſarierte,les ſémences de fenouil, d'anis,la cannelle,les écorces de citron , & d'oranges nouvelles , le thé , la décoction de caffé priſe moderement, ces teintures, dis-je, priſes autant chaud qu'il eſt poſſible , dans une chambre chaude, ou mieux encore au lit, & à jeun, aident merveilleuſement la tranſpiration, & ſans aucune incommodité , accelerent les mouvement du ſang, & des humeurs , donnent de la fluidité aux ſucs, diviſent les liqueurs viſqueuſes, &, dilatant les vaiſſeaux de la peau , font ſortir les ſels étrangers,& excrementeux. S'il eſt queſtion de procurer par la peau une excretion plus forte, on peut ajouter à ces teintures une doſe convenable d'eſprit de Buſſius, de baume de vie , ou d'eſprit balſamique d'ivoire.

X. Toutes les fois que des maladies chroniques ont long-tems affligé le corps, ou que quelque cauſe morbifique menace de maladies ſerieuſes , pour détourner ces dernieres, & adoucir les chroniques, on aura recours avec ſuccès aux eaux minerales.

SCHOLIE.

Les eaux minerales, chaudes , ou

froides, ſont à peu près composées des mêmes principes, ſçavoir d'un eſprit ſulphureux volatil, d'un ſel fixe alkali ou neutre, & d'un vitriol volatil. Lorſqu'on les prend comme il convient, elles pénetrent par tout le corps; aucun des plus petits vaiſſeaux ne leur échappe; elles réſolvent les obſtructions, diſſolvent, & mettent en mouvement les humeurs qui s'arrêtent, picotent tous les excretoires, & font ſortir puiſſamment l'urine, les excremens groſſiers, la ſueur, la ſalive, & toutes les humeurs ſuperfluës, ſans abbattre les forces, ou diminuer l'appetit. Il n'y a donc rien dans la nature, & la Chimie n'a rien inventé qui, pour conſerver la ſanté, prévenir, ou guerir les maladies, ſoit comparable aux eaux minerales. En effet, leurs vertus, ou, pour mieux dire, leur excellence, eſt conſtatée par le conſentement unanime de tous les habiles Medeçins, & par l'experience conſtante de toutes les ſuites, ſans que les ſujets, ou les païs, y apportent le moindre changement. Car les mineraux renferment un principe actif, & puiſſant, & forment des remedes très-ſûrs de la nature des ſels. D'ailleurs l'élement de l'eau eſt tellement diſpoſé, qu'il l'em-

porte en efficacité ſur tous les autres medicamens, comme je l'ai fait voir dans la Diſſertation où je prouve que l'*eau eſt la Medecine univerſelle* (a). Enfin la nature elle-même, à l'imitation de qui les Medecins ſont neceſſairement aſſervis, apprend à ceux qui entendent ſa voix, que les alkalis ſubtils, fixes, & neutres, & les vitriols ſubtils, ſont les meilleurs de tous les remedes que la Chimie ait découverts, pour la gueriſon des maladies. Je renvoie au ſecond tome de mes Opuſcules Phyſico-medicinaux, ceux qui voudront s'inſtruire plus particulierement des principes dont les eaux minerales ſont compoſées, & connoître l'uſage qu'il en faut faire, & les abus qu'il en faut éviter dans leur adminiſtration. On y trouvera des Diſſertations *ſur la maniere de les emploïer avec prudence; ſur les bains de Carls-Bade; ſur le rapport entre les eaux minerales chaudes & froides, à raiſon des principes qui entrent dans leur compoſition; ſur l'uſage, & l'abus des eaux minerales chaudes, & froides* (b), & pluſieurs autres qui ont rapport au même ſujet.

(a) Diſſert. *De aqua medicina univerſali.*

(b) Diſſert. *De prudenti fontium medicatorum uſu*; item, *de Thermis Carolinis*; item *de Ther-*

XI. Les Anciens, ſur-tout ceux qui demeuroient dans les païs chauds, pour reparer leurs forces, & entretenir leur ſanté, ont fait beaucoup d'uſage des bains tant naturels, qu'artificiels.

SCHOLIE.

C'eſt ce que prouve évidemment la magnificence, & la commodité des bains, qu'on voit encore aujourd'hui dans la Grece, & dans la Turquie. V. Langius, Liv. I. Lettre 50.

XII. Quoique le bain ſoit extrêmement utile dans les païs chauds, il en faut uſer avec menagement dans les nôtres, qui ſont ſitués ſous un ciel plus froid, & plus humide.

XIII. Lorſqu'une chaleur immoderée diſſipe trop l'humidité, & les parties ſubtiles des liqueurs, deſſeche le corps, & cauſe des laſſitudes, il eſt à propos de ramollir, & d'humecter les fibres; ce qu'on fait utilement en ſe baignant, & s'aſſeïant dans l'eau douce

SCHOLIE.

On doit conclurre de ce theorême,

marum & acidularum, ratione ingredientium, convenientia; item *de Thermarum & acidularum uſu & abuſu*; &c.

que le bain convient aussi-bien dans nos climats, que dans les païs chauds, lorsque la chaleur desseche, & fatigue. Il faut cependant prendre garde que le bain ne soit pas trop chaud; car l'excès de chaleur fait plus de mal que de bien.

XIV. Le bain d'eau douce cause de grands changemens dans le corps, à raison de son poids qui est huit cent fois plus considerable que celui de l'air. L'eau comprime donc la superficie des vaisseaux de la peau, & repousse au-dedans les liqueurs, qui devroient être à la surface du corps; la transpiration ne se fait donc plus avec la même liberté, la serosité vaporeuse est retenue, & poussée aux reins; & le ventre se resserre.

SCHOLIE.

Il paroît par-là que le bain doit faire beaucoup de bien dans les païs chauds, & aux personnes maigres, & d'un temperament chaud, non-seulement parce qu'il amollit les parties dessechées, mais parce qu'il empêche l'évaporation de l'humidité que la chaleur fait exhaler, & qu'il ramene la transpiration dans les bornes de la moderation; ce qui est très-avantageux aux temperamens chauds, & pendant l'été.

XV. Le bain, & le lavement de la tête, ſont nuiſibles aux temperamens humides, qui ont les vaiſſeaux gonflés de ſang, & d'humeurs ſuperflues, qui ont la tête, & l'eſtomac foibles, & les premieres voies farcies de crudités, & ſont ſouvent attaqués de catharres. Car non-ſeulement cet imprudent uſage du bain augmente ces incommodités, mais en ſuſcite encore d'autres.

SCHOLIE.

Le bain, & le lavement de la tête, ſont pleins de danger, & demandent à être adminiſtrés avec beaucoup de prudence; & je crois que le plus ſûr eſt de s'en abſtenir dans nos païs.

XVI. Dans nos climats on peut ſubſtituer aux bains le lavement des pieds, ou des frictions dures de ces parties, qui contribuent beaucoup à rendre la circulation du ſang égale, & à aider la tranſpiration.

XVII. En ſe lavant les pieds il faut que l'eau monte juſqu'au mollet, qu'elle ne ſoit point trop chaude, mais plus que tiede; le tems le plus propre eſt peu de tems avant l'heure de ſe coucher, & l'on peut laiſſer les pieds dans l'eau une demi-heure, ou plus.

XVIII. Le lavement des pieds, à raiſon de la chaleur qu'il communique à ces parties, diviſe le ſang, & le rend fluide, & par l'acceleration de mouvement qu'il y donne aux liqueurs, fait du bien à tout le corps. D'ailleurs ſon humidité moderement chaude relâche beaucoup la tenſion des parties inferieures, & ramollit les chairs, & la peau ; ce qui cauſe vers ces parties une revulſion du ſang, qui ſe ſeroit porté vers les ſuperieures en plus grande quantité.

SCHOLIE.

S'il eſt quelque remede capable de faire beaucoup de bien à tous le corps, & ſur-tout de guerir les maladies de la tête, c'eſt certainement le lavement des pieds ; & l'on ne peut trop en recommander l'uſage dans toutes les maladies de la tête.

XIX. On peut auſſi ſe laver très-utilement les pieds en été ; parce que l'eau relâche, & humecte les parties deſſechées, & délaſſe parfaitement les parties fatiguées par le mouvement, & la chaleur.

Fin du ſecond volume.

TABLE ALPHABETIQUE DES MATIERES.

Nª. 1°. *Le chiffre romain désigne le volume ; l'arabe la page ; le petit chiffre romain, qui tient la place de l'arabe, désigne les Préfaces.*

2°. *Que tous les articles qui sont relatifs à un mot quelconque n'ont aucune relation entre eux, & n'en ont qu'avec le mot sous lequel ils sont rangés.*

A

B

F

J

L

S'arrête

M

O

S

T

V

Ce

Fin de la Table.